



4 ДЕНЬ  
Согласовано  
И.в. директора МБОУ-СОШ №12  
Е.Д. Кошеваров

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли"  
В. Н. Серикова

## М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях  
для возрастной категории 7-11 лет

на 6 декабря 2025 год

### ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Икра свекольная	60	1,3	0,1	13,2	111	75/02015
Котлета из мяса говядины соусом томатным	90(50/40)	5,4	6,9	5,7	82	268/2015
Каша вязкая гречневая	100	3,1	3,3	13,6	97	303/2015
Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10	40	ПР
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386/2015
Кондитерские изделия промышленного производства	25	0,1	6	78	521	ПР
<b>ИТОГО:</b>		<b>18,4</b>	<b>21,7</b>	<b>137,3</b>	<b>994</b>	

### ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Нарезка из соленых огурцов	60	0,5	0,1	1	6	70/2015
Суп с рисовой крупой	200	0,4	3,8	1,2	51	115/2015
Гуляш из мяса птицы	90	7,9	5,7	7,7	119	580/2022
Каша вязкая пшеничная	150	3,9	4,2	24,5	153	303/2015
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25,2	100	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
<b>ИТОГО:</b>		<b>22,2</b>	<b>18</b>	<b>89,7</b>	<b>609</b>	

Бухгалтер Борисова Т.В.

Мат.ответ А.Кеева



4 ДЕНЬ

Согласовано

И. о. директора МБОУ-СОШ №12

Е. Д. Коцеваров

Утверждаю

Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли"

В. Н. Серикова

## МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 6 декабря 2025 год

### ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Икра свекольная	60	1,3	0,1	13,2	111	75/2015
Котлета из мяса говядины соусом томатным	90(50/40)	5,4	6,9	5,7	82	268/2015
Каша вязкая гречневая	150	4,7	5	20,4	146	303/2015
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Кондитерские изделия промышленного производства	37	2,1	23,2	91,1	678	П/Р
Ряженка	200	5,8	5	8,4	102	386/2015
<b>ИТОГО:</b>		<b>22,7</b>	<b>40,7</b>	<b>162,3</b>	<b>1220</b>	

### ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2015
Суп с рисовой крупой	250	0,5	4,7	10	150	115/2015
Гуляш из мяса птицы	100	8,8	6,8	8,6	132	580/2022
Каша вязкая пшеничная	180	4,7	5	29,3	184	303/2015
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	80	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
<b>ИТОГО:</b>		<b>23,6</b>	<b>20,7</b>	<b>99,9</b>	<b>736</b>	

Бухгалтер Борисова Т.В.

Мат.ответ А. Серикова