

1-4 классы
завтрак

1 день

2024 г
МЕНЮ



День 1

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, шт	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
117	КАША вязкая молочная из РИСА с маслом сливочным и сахаром	180/5/5	228,3	5,1	6,8	36,6
3	БУТЕРБРОДЫ с сыром	40/5/10	168,5	5,4	7,3	20,1
261	ЧАЙ с сахаром	200/10	41,1	0,2	0,0	10,1
231	ЯБЛОКО	100	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за прием пищи:		555	484,9	11,1	14,5	76,6
Всего за день:			484,9	11,1	14,5	76,6

индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



5-11 классы
завтрак

2024 г
МЕНЮ



День 1

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, шт	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
117	КАША вязкая молочная из РИСА с маслом сливочным и сахаром	200/6/6	252,7	5,6	7,5	40,5
3	БУТЕРБРОДЫ с сыром	40/5/10	168,5	5,4	7,3	20,1
261	ЧАЙ с сахаром	200/10	41,1	0,2	0,0	10,1
	ЯБЛОКО	100	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за прием пищи:		577	509,3	11,6	15,2	80,5
Всего за день:			509,3	11,6	15,2	80,5

индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



1-4 классы
завтрак

2 день

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 2

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
182	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	309,5	16,1	20,0	16,6
114	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	244,5	8,5	6,2	38,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
236	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	115,0	0,2	0,2	27,9
Итого за прием пищи:		525	763,7	27,9	26,6	103,2
Всего за день:			763,7	27,9	26,6	103,2

Индивидуальный предприниматель



5-11 классы
завтрак

2 день

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 2

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
182	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	309,5	16,1	20,0	16,6
114	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	284,8	10,2	6,7	46,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
236	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	115,0	0,2	0,2	27,9
Итого за прием пищи:		555	804,0	29,6	27,1	110,7
Всего за день:			804,0	29,6	27,1	110,7

Индивидуальный предприниматель



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ

2025 г



День 3

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эп. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
53	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	189,5	5,4	7,9	24,1
239	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
210	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,8	0,2	0,0	14,9
Итого за прием пищи:		547	345,8	8,7	8,1	59,1
Всего за день:			392,8	9,1	8,5	68,9

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



5-11 классы
завтрак

МЕНЮ

2025 г



День 3

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эп. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
53	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/6	211,6	6,0	8,8	26,8
239	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
210	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,8	0,2	0,0	14,9
Итого за прием пищи:		568	414,9	9,7	9,4	71,6
Всего за день:			414,9	9,7	9,4	71,6

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ

2025 г



День 4

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180/10	351,5	17,3	17,5	30,3
1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	169,5	3,1	8,5	20,2
241	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	77,4	0,0	0,0	19,4
231	ЯБЛОКО	140-150	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за прием пищи:		590	645,4	20,8	26,4	79,7
Всего за день:			645,4	20,8	26,4	79,7

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



5-11 классы
завтрак

МЕНЮ

2025 г



День 4

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200/10	390,6	19,2	19,4	33,7
1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	169,5	3,1	8,5	20,2
241	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	77,4	0,0	0,0	19,4
231	ЯБЛОКО	140-150	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за прием пищи:		600	684,5	22,7	28,3	83,1
Всего за день:			684,5	22,7	28,3	83,1

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 5

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
161	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	209,2	13,3	9,8	17,0
91	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	145,0	3,2	5,1	21,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
282	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,6	0,2	0,0	14,9
	Итого за прием пищи:	607	518,3	20,3	15,2	74,5
	Всего за день:		518,3	20,3	15,2	74,5

Индивидуальный предприниматель

5-11 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 5

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
161	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	156,9	12,8	8,4	12,1
91	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	165,5	3,8	5,3	25,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
282	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,6	0,2	0,0	14,9
	Итого за прием пищи:	677	481,7	20,7	12,0	74,4
	Всего за день:		481,7	20,7	12,0	74,4

Индивидуальный предприниматель



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 6

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
86	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180/5/10	177,1	4,6	6,8	24,2
3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	168,5	5,4	7,3	20,1
261	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	41,1	0,2	0,0	10,1
Итого за прием пищи:		560	433,7	10,6	14,5	64,2
Всего за день:			433,7	10,6	14,5	64,2

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



5-11 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 6

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
86	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5/10	195,9	5,1	7,5	26,7
3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	168,5	5,4	7,3	20,1
261	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	41,1	0,2	0,0	10,1
Итого за прием пищи:		580	452,5	11,1	15,2	66,7
Всего за день:			452,5	11,1	15,2	66,7

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 7

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
182	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	304,1	16,4	19,0	17,0
91	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	145,0	3,2	5,1	21,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
262	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,6	0,2	0,0	14,9
	Итого	547	605,4	22,9	24,3	73,5
			605,4	22,9	24,3	73,5

Индивидуальный предприниматель



5-11 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 7

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
182	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	304,1	16,4	19,0	17,0
91	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	165,5	3,8	5,3	25,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
262	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,6	0,2	0,0	14,9
	Итого	577	625,9	23,5	24,5	77,6
			625,9	23,5	24,5	77,6

Индивидуальный предприниматель



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ _____ 2025 г.



День 8

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
125	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5/5	187,0	5,2	6,5	27,1
3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	168,5	5,4	7,3	20,1
266	КАКАО С МОЛОКОМ	200	107,9	4,2	3,3	14,9
	Итого за прием пищи:	545	510,4	15,2	17,5	71,9
	Всего за день:		510,4	15,2	17,5	71,9

Индивидуальный предприниматель



5-11 классы
завтрак

МЕНЮ _____ 2025 г.



День 8

№ рецепт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
125	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/8/8	212,1	5,8	7,5	30,4
3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40/5/10	168,5	5,4	7,3	20,1
266	КАКАО С МОЛОКОМ	200	107,9	4,2	3,3	14,9
	Итого за прием пищи:	667	535,5	15,8	18,5	75,2
	Всего за день:		535,5	15,8	18,5	75,2

Индивидуальный предприниматель



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 9

№ рецент.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	23,3	1,8	0,1	3,8
144	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	267,7	18,0	20,2	3,3
1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	182,3	2,9	10,5	18,9
264	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	142,2	3,3	2,4	26,6
231	ЯБЛОКО	140-150	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за прием пищи:		550	615,5	26,0	33,2	52,6
Всего за день:			615,5	26,0	33,2	52,6

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



5-11 классы
завтрак

МЕНЮ

_____ 2025 г



День 9

№ рецент.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	100	38,8	3,0	0,2	6,3
144	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	296,3	20,0	22,4	3,7
1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10	182,3	2,9	10,5	18,9
264	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	142,2	3,3	2,4	26,6
231	ЯБЛОКО	140-150	47,0	0,4	0,4	9,8
Итого за прием пищи:		610	646,8	29,4	33,5	56,8
Всего за день:			646,8	29,4	33,5	56,8

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.



1-4 классы
завтрак

МЕНЮ

2025 г

День 10

№ рецпт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
53	ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	60	13,8	1,1	0,1	1,8
198	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/30	315,6	22,5	24,1	1,9
203	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	211,7	3,7	4,5	39,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
262	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,6	0,2	0,0	14,9
Итого за прием пищи:			697,4	30,6	28,9	77,7
Всего за день:			697,4	30,6	28,9	77,7

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.

5-11 классы
завтрак

МЕНЮ

2025 г

День 10

№ рецпт.	Наименование блюда	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
53	ОВОЩИ СОЛЕННЫЕ	100	23,0	1,8	0,1	3,0
198	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/30	315,6	22,5	24,1	1,9
203	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	245,6	4,4	4,6	46,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	3,1	0,2	20,1
262	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	61,6	0,2	0,0	14,9
Итого за прием пищи:			677	740,5	32,0	29,0
Всего за день:			740,5	32,0	29,0	86,5

Индивидуальный предприниматель

Петросян А.М.

