

9 день

Утверждаю

Директор
школы



Меню на 30.10 2022 год Питание за
счет частичной компенсации

Завтрак

Наименование блюда	Масс	Масс	Ц ена	белк	белк	жир	жир	углевод	углевод	калори	калори
	а	а		и	и	ы	ы	ы	ы	и	и
	7-10	11-18		7-10	11-18	7-10	11-18	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
	лет	лет		лет	лет	лет	лет				
Оладьи со сгущенным молоком	100	150	20.9 8	12.96	13.90	12.48	13.00	72.58	74.00	454.00	470.00
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	200	17.6 9	1.50	1.50	1.40	1.40	8.60	8.60	52.90	52.90
Кондитерские изделия (Вафли)	55	55	13.9 8	2	2	15	15	30	30	258	258
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.4 7	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	0.00	68.60	68.60
Масло сливочное(порция ми)	10	10	7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	0.10	74.90	74.90
Итого за Завтрак			77.0 9	24.48	25.42	43.20	43.72	131.28	132.70	1014.00	1030.00

ИП Стасишин В.В.

шеф-
пова
р

8день

Утверждаю

Директор
школы



Меню на 19.10.2022 год Питание за
счет частичной компенсации

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белки	белки	жиры	жиры	углевод	углевод	калории	калории
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Макаронные отварные с сыром	150	180	13.71	7.9	9.48	7.16	8.59	28.64	34.36	210.6	252.72
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	4.64	5.12	5.90	5.22	0.00	0.00	70.00	68.60
Масло сливочное (порциями)	10	10	7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	0.10	74.90	74.90
Кондитерское изделие (зефир)	55	55	17.88	4.00	4.00	18.00	18.00	65.00	65.00	122.00	122.00
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Кофейный напиток с молоком	200	200	21.06	3.80	3.80	3.50	3.50	11.10	11.10	90.80	90.80
Итого за Завтрак			77.09	23.24	25.30	43.66	44.41	124.84	130.56	673.90	714.62

ИП Стасишин
В.В.

шеф-
повар
Р

7 день

Утверждаю

Директор
школы



Меню на 18.10.2022 год Питание за
счет частичной компенсации

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белк	белк	жир	жир	углевод	углевод	калори	калори
	7-10 лет	11-18 лет		и	и	ы	ы	ы	ы	и	и
	7-10 лет	11-18 лет	а	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Каша манная	200	250	16.59	8.21	10.26	4.96	6.2	37.12	46.4	225.9	282.37
Масло сливочное(порция ми)	10	10	7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	0.10	74.90	74.90
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	0.00	68.60	68.60
Фрукты (Яблоко)	120	120	16.22	0.48	0.48	0.48	0.48	11.76	11.76	53.3	53.3
Какао с молоком	200	200	19.84	4.60	4.60	4.30	4.30	12.40	12.40	106.70	106.70
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Итого за Завтрак			77.09	21.31	23.36	24.06	25.30	81.38	90.66	635.00	691.47

ИП Стасишин В.В.

шеф-
пова
р

10 день



Утверждаю
Директор
школы

Меню на 10.10.2022 год Питание для учащихся с ОВЗ

Завтрак

Наименование блюда	Масса		Цена	белки		жиры		углеводы		калории	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет		
Пудинг из творога с яблоком	150	200	32.68	19.00	25.33	15.00	20.00	17.30	23.06	283.90	378.53
Соус сметанный	50	50	6.13	0.75	0.75	4.20	4.20	1.60	1.60	47.60	47.60
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	0.00	68.60	68.60
Кофейный напиток с молоком	200	200	21.06	3.80	3.80	3.50	3.50	11.10	11.10	90.80	90.80
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Итого за Завтрак				31.47	37.80	28.72	33.72	50.00	55.76	596.50	691.13

ОБЕД

Салат из белокочанной капусты с морковью	60	100	10.00	1.00	1.66	6.10	10.13	5.80	9.63	81.50	135.29
Суп картофельный с фасолью	250	300	15.00	11.03	13.25	7.95	9.54	18.00	21.60	187.62	225.15
Макаронник с мясом	220	250	50.00	14.20	16.40	13.50	13.70	38.50	54.30	324.30	395.10
Компот из смеси сухофруктов	200	200	5.00	0.60	0.60	0.00	0.00	22.70	22.70	93.20	93.20
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	80	80	2.00	6.50	6.50	0.80	0.80	33.80	33.80	177.60	177.60
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2.00	2.40	2.40	0.30	0.30	14.60	14.60	72.60	72.60
Итого за Обед				35.73	40.81	28.65	34.47	133.40	156.63	936.82	1098.94
Итого за день			77.09	67.20	78.61	57.37	68.19	183.40	212.39	1533.32	1790.07

6 день



Меню на 17.10. 2022 год Питание для учащихся с ОВЗ

Завтрак

Наименование блюда	Масса		Цена	белки		жиры		углеводы		калории			
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет				
Сырники	150	200	38.35	24.00	32.00	13.50	18.00	31.50	343.80	458.40			
Соус сметанный	50	50	6.13	0.75	0.75	4.20	4.20	1.60	48.50	48.50			
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	68.60	68.60			
Масло сливочное (порциями)	10	10	7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	74.90	74.90			
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	105.60	105.60			
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	200	8.17	0.30	0.30	0.00	0.00	6.70	27.60	27.60			
Итого за Завтрак						33.07	41.07	32.02	36.52	59.90	669.00	783.60	
ОБЕД													
Салат из белокочанной капусты с морковью				60	100	10.00	1.00	1.66	6.10	10.13	5.80	81.50	135.29
Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)				250	300	15.00	2.45	2.94	6.18	7.41	14.58	123.60	148.32
Пюре картофельное				150	200	15.00	3.00	4.10	5.70	7.60	23.70	158.30	211.10
Котлеты рыбные (минтай)				90	100	35.00	12.78	14.10	2.52	2.80	6.66	99.36	110.60
Компот из смеси сухофруктов				200	200	5.00	0.60	0.60	0.00	0.00	22.70	93.20	93.20
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный				80	80	2.00	6.50	6.50	0.80	0.80	33.80	177.60	177.60
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт				30	30	2.00	2.40	2.40	0.30	0.30	14.60	72.60	72.60
Итого за Обед						28.73	32.30	21.60	29.04	121.84	806.16	948.71	
Итого за день						77.09	61.80	73.37	53.62	65.56	181.74	1475.16	1732.31

8 день



Утверждаю
 Директор
 школы *[Signature]*

Меню на 19.10.2022 год Питание для учащихся с ОВЗ

Завтрак

Наименование блюда	Масса		Цена	белки		жиры		углеводы		калории	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Макароны отварные с сыром	150	180	13.71	7.9	9.48	7.16	8.59	28.64	34.36	210.6	252.72
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	4.64	5.12	5.90	5.22	0.00	0.00	70.00	68.60
Масло сливочное (порциями)	10	10	7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	0.10	74.90	74.90
Кондитерское изделие (зефир)	55	55	17.88	4.00	4.00	18.00	18.00	65.00	65.00	122.00	122.00
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Кофейный напиток с молоком	200	200	21.06	3.80	3.80	3.50	3.50	11.10	11.10	90.80	90.80
Итого за Завтрак			77.09	23.24	25.30	43.66	44.41	124.84	130.56	673.90	714.62

ОБЕД

Салат из моркови и яблок	60	100	10.00	0.60	1.00	6.10	10.16	4.30	7.16	74.40	124.00
Суп Полевой	250	300	15.00	2.86	4.00	2.96	4.15	13.84	19.37	254.00	356.00
Курица отварная	100	120	35.00	16.50	19.80	2.50	3.00	1.13	1.35	180.91	217.09
Пюре из бобовых с маслом	150	200	15.00	13.31	17.75	6.69	8.92	34.19	45.59	249.00	332.00
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200	5.00	0.00	0.00	0.00	0.00	14.00	14.00	53.00	53.00
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	80	80	2.00	6.50	6.50	0.80	0.80	33.80	33.80	177.60	177.60
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2.00	2.40	2.40	0.30	0.30	14.60	14.60	72.60	72.60
Итого за Обед			84.00	42.17	51.45	19.35	27.33	115.86	135.87	1061.51	1332.29
Итого за день			161.09	65.41	76.75	63.01	71.74	240.70	266.43	1735.41	2046.91

7 день

Утверждаю
Директор
школы



Меню на 18.10. 2022 год Питание для учащихся с ОВЗ

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белк	белк	жир	жир	углевод	углевод	калори	калори
	а	а		и	и	ы	ы	ы	ы	и	и
	7-10 лет	11-18 лет	а	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Каша манная	200	250	16.59	8.21	10.26	4.96	6.2	37.12	46.4	225.9	282.37
Масло сливочное(порциями)	10	10	7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	0.10	74.90	74.90
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	0.00	68.60	68.60
Фрукты (Яблоко)	120	120	16.22	0.48	0.48	0.48	0.48	11.76	11.76	53.3	53.3
Какао с молоком	200	200	19.84	4.60	4.60	4.30	4.30	12.40	12.40	106.70	106.70
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Итого за Завтрак				21.31	23.36	24.06	25.30	81.38	90.66	635.00	691.47

ОБЕД

Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	10.00	0.40	0.99	3.00	5.15	2.20	3.00	37.30	62.42
Суп картофельный с клецками	250	300	15.00	5.75	6.90	4.00	4.80	16.20	19.44	123.77	148.44
Рис отварной	150	180	15.00	3.60	4.32	5.40	6.48	36.40	43.70	208.70	250.44
Чахохбили	100	120	35.00	4.90	5.79	4.78	5.65	4.02	4.75	115.00	136.00
Чай с сахаром	200	200	5.00	0.07	0.07	0.02	0.02	15.00	15.00	60.00	60.00
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	80	80	2.00	6.50	6.50	0.80	0.80	33.80	33.80	177.60	177.60
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2.00	2.40	2.40	0.30	0.30	14.60	14.60	72.60	72.60
Итого за Обед				23.62	26.97	18.30	23.20	122.22	134.29	794.97	907.50
Итого за день			77.09	44.93	50.33	42.36	48.50	203.60	224.95	1429.97	1598.97

9 день

Утверждаю
Директор
школы



30.10
**Меню на 2022 год Питание для
учащихся с ОВЗ**

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена		белки		жиры		углеводы		калории	
			11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	
Оладьи со сгущенным молоком		100	150	20.98	12.96	13.90	12.48	13.00	72.58	74.00	454.00	470.00
Батон нарезной	60	60		5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	200		17.69	1.50	1.50	1.40	1.40	8.60	8.60	52.90	52.90
Кондитерские изделия (Вафли)	55	55		13.98	2	2	15	15	30	30	258	258
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20		11.47	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	0.00	68.60	68.60
Масло сливочное(порциями)	10	10		7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	0.10	74.90	74.90
Итого за Завтрак					24.48	25.42	43.20	43.72	131.28	132.70	1014.00	1030.00

ОБЕД

Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	10.00	0.40	0.99	3.00	5.15	2.20	3.00	37.30	62.42	
Рассольник Ленинградский	250	300	15.00	1.50	1.80	1.90	2.40	13.20	16.00	76.70	92.90	
Тефтели мясные с рисом	100	100	35.00	10.97	10.97	9.65	9.65	9.88	9.88	170	170	
Макароны отварные	150	200	15.00	5.00	6.70	5.30	7.10	35.00	46.60	208.00	277.30	
Чай с сахаром	200	200	5.00	0.07	0.07	0.02	0.02	15.00	15.00	60.00	60.00	
Хлеб ржано-пшеничный пеклеваемый	80	80	2.00	6.50	6.50	0.80	0.80	33.80	33.80	177.60	177.60	
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2.00	2.40	2.40	0.30	0.30	14.60	14.60	72.60	72.60	
Итого за Обед				26.84	29.43	20.97	25.42	123.68	138.88	802.20	912.82	
Итого за день				77.09	51.32	54.85	64.17	69.14	254.96	271.58	1816.20	1942.82

10 день

Утверждаю

Директор
школы



Меню на 01.10. 2022 год Питание за
счет частичной компенсации

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белк	белк	жир	жир	углевод	углевод	калори	калори
	7-10 лет	11-18 лет		и	и	ы	ы	ы	ы	и	и
	лет	лет	а	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Пудинг из творога с яблоком	150	200	32.68	19.00	25.33	15.00	20.00	17.30	23.06	283.90	378.53
Соус сметанный	50	50	6.13	0.75	0.75	4.20	4.20	1.60	1.60	47.60	47.60
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	0.00	68.60	68.60
Кофейный напиток с молоком	200	200	21.06	3.80	3.80	3.50	3.50	11.10	11.10	90.80	90.80
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Итого за Завтрак			77.09	31.47	37.80	28.72	33.72	50.00	55.76	596.50	691.13

ИП Сташин
В.В.

шеф-
пова
р

6 день

Утверждаю

Директор
школы



Меню на 14.10.2022 год Питание за
счет частичной компенсации

Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белки	белки	жиры	жиры	углевод	углевод	калории	калории
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Сырники	150	200	38.35	24.00	32.00	13.50	18.00	31.50	42.00	343.80	458.40
Соус сметанный	50	50	6.13	0.75	0.75	4.20	4.20	1.60	1.60	48.50	48.50
Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	11.47	5.12	5.12	5.22	5.22	0.00	0.00	68.60	68.60
Масло сливочное (порциями)	10	10	7.22	0.10	0.10	8.30	8.30	0.10	0.10	74.90	74.90
Батон нарезной	60	60	5.75	2.80	2.80	0.80	0.80	20.00	20.00	105.60	105.60
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	200	8.17	0.30	0.30	0.00	0.00	6.70	6.70	27.60	27.60
Итого за Завтрак			77.09	33.07	41.07	32.02	36.52	59.90	70.40	669.00	783.60

ИП Сташишин
В.В.

шеф-
пова
Р