

Утверждаю

M.7

Наименование
блндо

Меню

Утверждаю

M.7

Горбунова Ю.А.

Утверждено
М.П. _____
Год _____

[illegible]

День-10

Завтрак

Омлет натуральный	150	0,14	0,02	0,38	2,4	0,01	0,98		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10	49,90
Омлет	30	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	9,80
Чай с сахаром	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50		0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	5,20
Хлеб пшеничный	30	3,04	1,12	20,5	104,48	0,06	0,80			68,00	54,93	4,80	0,48	3,20
Итого за завтрак		15,34	14,36	82,27	525,62	0,22	16,96	72,02	0,53	462,13	404,68	84,86	5,58	68,10

Обед

Салат из моркови с раст. Масло и яблоком	60	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	14,10
Борщ с капустой и картофелем на бульоне	200	6	7	11	133		21			35	89	30	2	33,70
Плов из мяса	180	2,98	4,21	24,0	146,24	0,18	29,40	20,00	0,20	19,58	87,51	34,03	1,36	72,00
Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	8,70
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,3	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,20
Итого за обед		22,55	16,19	101,92	643,81	0,56	71,41	54,95	5,90	156,19	423,84	135,39	5,65	131,70

Полдник

Сок (Яблочный)	200	6	6	28	162		34			52	84	29	1	25,20						
Булочка с сахаром	50	4,05	4,14	26,4	124	0,23	0,03	16,75	0,13	8,4	10,7	0,76	0,24	15,00						
Итого за полдник	6	6	6	43	223		34	1		57	92	33	2	40,20						
Всего за День-10	43,48	35,31	175,50	1195,36	0,75	79,74	68,95	8,13	251,59	721,74	195,84	9,84	240,00							

Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию	Шушкова А.И.
Количество детей в обед		Шеф повар	Шушкова А.И.
Количество детей в полдник			
Всего детей			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Директор Райсненская О.С.

М.П.



Меню

« 25 » июня 2025г. День-6

Директор МБОУ «СОШ №6»

М.П.

Горбунова Ю.А.



День/ Неделя	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность	Витамины (Мг)						Минеральные вещества(мг)						Цена.Руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe					
День-6																			
Завтрак																			
	Каша Дружба мол. с маслом	200/10	5,04	6,34	30,94	201,59	0,09	0,50	28,40	0,14	107,01	130,05	30,21	0,64	39,30				
	Сыр порциями	15	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	15,60				
	Чай с сахаром и лимоном	200/7	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,0	8,00				
	Хлеб-пшеничный	30	3,04	1,12	20,5	104,48	0,06	0,80			68,00	54,93	4,80	0,48	3,20				
	Итого за завтрак		15,34	14,36	82,27	525,62	0,22	16,96	72,02	0,53	462,13	404,68	84,86	5,58	66,10				
Обед																			
	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	11,80				
	Суп картофельный с горохом на бульоне	200	2,02	1,38	15,8	84,37	0,12	19,20		0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	22,80				
	Печень по строгоновски	40/40	10,79	7,73	4,72	131,64	0,11	0,64	33,15	2,01	46,61	147,93	20,28	0,41	67,90				
	Макаронные изделия отв.	150	2,98	4,21	24,0	146,24	0,18	29,40	20,00	0,20	19,58	87,51	34,03	1,36	16,80				
	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	8,70				
	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,3	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,20				
	Итого за обед		22,55	16,19	101,92	643,81	0,56	71,41	54,95	5,90	156,19	423,84	135,39	5,65	131,20				
Полдник																			
	Сок (Мультифрукт)	200	6	6	28	162		34			52	84	29	1	35,10				
	Печенье	30	3,81	3,08	40,1	202,95	0,04		14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	7,60				
	Итого за полдник														42,70				
	Всего за День-6		52,33	34,78	205,54	1334,20	0,68	37,43	178,42	6,29	584,15	821,19	201,70	12,58	240,00				
Количество Детей на завтрак																			
Количество Детей в обед																			
Количество Детей в полдник																			
Всего Детей																			

Ответственный по питанию

Горбунова Ю.А.

Шеф повар

Горбунова Ю.А.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Директор Раменская О.С.



М.П.

Меню

« 16 » июня 2025г. День-9

Директор МБОУ «СОШ №6»

Утверждаю



Горбунова Ю.А.

День/ Неделя	Наименование ОПР. 31.01.2014	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность	Витамины (Mг)					Минеральные вещества(мг)					Цена,Руб.
			Б	Ж	У		В1	С	A(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe			
№Рецепта																	

День-9

Завтрак

Каша пшённая молочная с маслом	200/10	3,9	2,5	19,6	112	0,04	0,76	0,02					97,13	82,09	15,43	0,47	34,20	
Сыр порциями	15	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08				150,00	96,00	6,75	0,15	15,60	
Чай с сахаром и лимоном	200/7	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01				113,12	107,20	29,60	1,0	8,00	
Хлеб-пшеничный	30	3,04	1,12	20,5	104,48	0,06	0,80						68,00	54,93	4,80	0,48	3,20	
Итого за завтрак		20,93	19,12	73,58	551,55	0,19	8,33	14,00	2,23				95,40	297,91	60,45	4,19	61,00	

Обед

Салат витаминный	60	5,4	17	19,9	191,9	0,05	7,6						20,3			1,1	25,40	
Суп картоф с макаронными изд. на бульоне	200	2,02	1,38	15,8	84,37	0,12	19,20					0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	21,90	
Курица запечённая	70	10,79	7,73	4,72	131,64	0,11	0,64	33,15	2,01				46,61	147,93	20,28	0,41	59,10	
Гречка рассыпчатая	150	5	6	37	183								16	96	33	1	20,70	
Компот из кураги	200	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99				28,80	26,28	18,90	0,62	11,50	
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,3	94,00	0,06			0,52				9,20	34,80	13,20	0,80	3,20	
Итого за обед		22,55	16,19	101,92	643,81	0,56	71,41	54,95	5,90				156,19	423,84	135,39	5,65	141,80	

Полдник

Фрукт (Мандарин)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15		0,3				24	16,5	13,5	3,3	37,20	
Итого за полдник																		
Всего за День-9		43,48	35,31	175,50	1195,36	0,75	79,74	68,95	8,13				251,59	721,74	195,84	9,84	240,00	

Количество Детей на завтрак		Ответственный по питанию	Шеф повар
Количество Детей в обед			
Количество Детей в полдник			
Всего Детей			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю
Директор
Раменская О.С.



Утверждаю
Директор
МБОУ «СОШ №6»
Горбунова Ю.А.



Меню
« 11 » июня 2025г. День-8

День/Неделя	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (Мг)				Минеральные вещества(мг)				Цена.Руб.
Неделя	блюда		Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
День-8															

Завтрак																					
	Запеканка из творога с соусом	130/30	10,1	7,18	61,91	354,34	0,08	1,74	24,78	1,58	66,42	160,81	40,29	1,07	60,70						
	Сыр порционный	15	3,07	3,45	0,37	45	0,01	0,12	34,5	0,08	150	96	6,75	0,15	15,60						
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,56	10,28	52,24	0,03	0,4			34	27,47	2,4	0,24	3,20						
	Чай с сахаром	200	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,2	29,6	1	5,20						
	Итого за Завтрак		11,79	7,81	85,58	464,67	0,11	52,14	65,63	1,77	103,42	189,13	43,54	1,49	84,70						

Обед																					
	Салат из свежкы с маслом	60	0,76	4,09	4,01	56,47	0,03	7,50		1,83	19,89	22,24	11,91	0,50	12,40						
	Суп картофельный с крупой на бульоне	200	1,57	3,12	5,82	58,47	0,05	28,00		1,47	37,10	31,75	15,10	0,57	25,60						
	Наггетсы куриные	60	12,00	13,00	4,00	185,00		0,04			10	131	19	2	48,40						
	Картофельное пюре	150	4	6	25	185		35			45	111	43	2	26,00						
	Напиток Витаминный	200	1		20	92					25		37	2	11,70						
	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,3	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,20						
	Итого за обед		30,12	34,08	106,98	855,15	0,59	38,16	97,90	7,51	111,83	467,47	211,12	9,53	127,30						

Полдник																					
	Сок	200	6	6	28	162		34			52	84	29	1	19,00						
	Вафли сливочные	30	0,1	0,7	18	45	0,4	8,2		0,30	10,9	32,5	26,4	0,76	9,00						
	Итого за полдник		6	6	43	223		34	1		57	92	33	2	28,00						
	Всего за День-8		65,75	69,36	166,56	1559,40	0,89	116,59	318,04	8,32	748,53	1041,08	289,12	11,38	240,00						

Количество Детей на завтрак	40	Ответственный по питанию	Директор школы
Количество детей в обед	40	Шеф повар	Директор школы
Количество Детей в полдник	40		
Всего Детей	40		

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №6»
Раменская О.С.

М.П.

« 10 » июня 2025г. День-7

Меню

Директор МБОУ «СОШ №6»
Горбунова Ю.А.

Горбунова Ю.А.



День/ Неделя Перечета	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность	Витамины (Мг)					Минеральные вещества(мг)					Цена,Руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe			

День-7

Завтрак

Макароны с сыром и маслом сливочным	200	23,06	15,61	10,44	279,15	0,07	0,60	106,64	0,15	205,24	286,37	29,16	0,82	57,00
Вафли сливочные	30	0,1	0,7	18	45	0,4	8,2		0,30	10,9	32,5	26,4	0,76	9,70
Какао с молоком	200	4,01	2,95	12,01	84,93	0,02	0,8	9		114,67	81	12,6	0,12	20,00
Хлеб пшеничный	30	3,04	1,12	20,56	104,48	0,06	0,8			68	54,93	4,8	0,48	3,20
Итого за Завтрак		35,64	35,28	59,58	704,25	0,29	78,43	220,14	0,81	636,71	573,61	78,01	1,85	89,90

Обед

Салат из помидор с белок. Капустой и маслом	60	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	14,20
Щи из св. капусты и картофеля на бульоне	200	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	28,10
Жаркое по домашнему	150	10,79	7,73	4,72	131,64	0,11	0,64	33,15	2,01	46,61	147,93	20,28	0,41	63,00
Компот из шиповника	200	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	11,50
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,3	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,20
Итого за обед		22,55	16,19	101,92	643,81	0,56	71,41	54,95	5,90	156,19	423,84	135,39	5,65	120,00

Полдник

Фрукт (Яблоко)	150			12	56		12			19	13	11	3	30,10
Итого за полдник														
Всего за День-7		43,48	35,31	175,50	1395,36	0,75	79,74	68,95	8,13	251,59	721,74	195,84	9,84	240,00

Количество детей на завтрак	40	Ответственный по питанию	Дмитриев А.Н.Н
Количество детей в обед	40	Шеф повар	Горбунова Ю.А.
Количество детей в полдник	40		
Всего детей	40		

ИМСТРАИ
5РА308

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНСТВО
ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ

Павленская О.С.

1990

M.D.

Горбунова Ю.А.

13502688304

1

Горбунова Ю.А.

День/ Неделя НеРецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность	Витамины (Мг)				Минеральные вещества(мг)					Цена.Руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
День-6																
Завтрак																
	Каша Дружба мол. с маслом	200/10	5,04	6,34	30,94	201,59	0,09	0,50	28,40	0,14	107,01	130,05	30,21	0,64	39,30	
	Сыр порциями	15	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	15,60	
	Чай с сахаром и лимоном	200/7	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,0	8,00	
	Хлеб-пшеничный	30	3,04	1,12	20,5	104,48	0,06	0,80			68,00	54,93	4,80	0,48	3,20	
	Итого за завтрак		15,34	14,36	82,27	525,62	0,22	16,96	72,02	0,53	462,13	404,68	84,86	5,58	66,10	
Обед																
	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	11,80	
	Суп картофельный с горохом на бульоне	200	2,02	1,38	15,8	84,37	0,12	19,20		0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	22,80	
	Печень по строгазовски	40/40	10,79	7,73	4,72	131,64	0,11	0,64	33,15	2,01	46,61	147,93	20,28	0,41	67,90	
	Макаронные изделия отв.	150	2,98	4,21	24,0	146,24	0,18	29,40	20,00	0,20	19,58	87,51	34,03	1,36	16,80	
	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	8,70	
	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,3	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,20	
	Итого за обед		22,55	16,19	101,92	643,81	0,56	71,41	54,95	5,90	156,19	423,84	135,39	5,65	131,20	
Полдник																
	Сок (Мультифрукт)	200	6	6	28	162		34			52	84	29	1	35,10	
	Печенье	30	3,81	3,08	40,1	202,95	0,04		14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	7,60	
	Итого за полдник														42,70	
	Всего за День-6		52,33	34,78	205,54	1334,20	0,68	37,43	178,42	6,29	584,15	821,19	201,70	12,58	240,00	
Количество детей на завтрак																
Количество детей в обед		40	Ответственный по питанию Тимошина Л.В.													
Количество детей в полдник		40	Шеф повар Тимошина Л.В. есц													
Всего детей		40														