



Утверждаю
Директор
М.П.
Раманюк О.С.

Меню

« 2 » июня 2025г. День-1

Утверждаю
Директор
МБОУ «СОШ №6»
М.П.

Горбунова Ю.А.

День/ Неделя Перецента	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	Мg	Fe		
День-1																
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	
	Печенье	15	3,81	3,08	40,1	202,95	0,04		14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	3,80	
	Огурец	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		20,93	19,12	73,58	551,55	0,19	8,33	14,00	2,23	95,40	297,91	60,45	4,19	71,90	
Обед																
	Салат из помидоров, и капусты растит. 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	
	Суп картофельем с крупной 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	30,60	
	Макаронные изд. отварные	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	16,80	
	Наггетсы куриные	60	12,00	13,00	4,00	185,00		0,04			10	131	19	2	48,40	
	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	124,70	
Полдник																
	Сок	200	0,1	0,0	15	60,4	0,12	19,20		0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	33,70	
	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	
	Итого за полдник														43,40	
	Всего за День-1		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
Количество детей в обед	Шеф повар
Количество детей в полдник	
Всего детей	

Утверждаю

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №6»

Горбунова Ю.А.

М.П.

Меню

« 3 » июня 2025г. День-2

М.П.

Горбунова Ю.А.



Наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества (г)

Б

Ж

У

Энергетическая ценность

В1

С

А(мкг)

Е

Са

Р

Mg

Fe

Витаминны (Mг)

Минеральные вещества(мг)

Цена, р

уб.

День/Неделя

Неделя

День-2

Завтрак

Каша рисовая мол. с маслом

200/10

0,14

0,02

0,38

2,4

0,01

0,98

0,02

3,40

6,00

2,80

0,10

36,10

Масло порциями

10

0,08

7,25

0,13

66,09

0,00

40,00

0,10

2,40

3,00

0,0

12,90

Чай с сахаром и лимоном

200/8

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

4

1

23

114

0,07

2,36

28

408,95

228

48

3,0

60,20

Итого за завтрак:

34,31

24,07

67,7

618,5

0,07

2,36

28

408,95

228

48

3,0

60,20

Обед

Салат витаминный

60

5,4

17

19,9

191,9

0,05

7,6

20,3

89

30

2

1,1

22,00

Борщ с капустой и картофелем на бульоне

200

6

7

11

133

21

35

89

30

2

33,70

Картофельное пюре

150

4

6

25

185

35

45

111

43

2

26,00

Котлета мясная

60

16,9

10,6

15,1

177,4

2

30

112

15

1

58,50

Компот из сухофруктов

200

0,70

0,05

23,1

96,72

0,02

0,72

0,99

28,80

26,28

18,90

0,6

8,70

Хлеб пшеничный

30

3

22

105

0,02

90,2

338,9

312

98

7,2

152,10

Итого за обед:

34,6

32,1

99,26

802,2

0,02

90,2

338,9

312

98

7,2

152,10

Полдник

Фрукт (яблоко)

150

12

56

12

19

13

11

3

27,70

Итого за полдник

43,48

35,31

175,50

1195,36

0,75

79,74

68,95

8,13

251,59

721,74

195,84

9,8

240,00

Всего за день-2

43,48

35,31

175,50

1195,36

0,75

79,74

68,95

8,13

251,59

721,74

195,84

9,8

240,00

Количество детей на завтрак

Шеф повар

/ФИО/

Количество детей в обед

Шеф повар

/ФИО/

Количество детей в полдник

Шеф повар

/ФИО/

Всего детей

Шеф повар

/ФИО/

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю _____

Директор МБОУ «СОШ №6» _____

М.П.



Меню

« 4 » июня 2025г. День-3

М.П.



Горбунова Ю.А.

День/ Неделя Рецепта	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-3

Завтрак

Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,67	3,51	16,81	118,22	0,05	0,6	14,4	0,25	124,78	104,55	16,65	0,37		22,50
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:		16,9	14,5	69,21	477,24	0,34	1,69	74,77	1,61	442,62	386,75	64,17	2,47	50,00	

Обед

Винегрет овощной	60	5,4	17	19,9	191,9	0,05	7,6			20,3			1,1	18,30	
Суп картофельный с горохом на бульоне	200	8	6	20	163		15			34	147	45	3	22,80	
Гуляш из мяса	40/40	13.	4,5		122		2			68	164	24	2	85,00	
Гречка рассыпчатая	150	5	6	37	183					16	96	33	1	20,70	
Напиток Витаминный	200	1		20	92					25		37	2	11,70	
Хлеб пшеничный	30	2		13	63					8		11	1	3,20	
Итого за обед:		34,4	33,5	109,9	814,9	0,05	24,6			171,3	407	150	10,1	161,70	

Полдник

Сок (Яблочный)	200	0,17	0,07	13,39	58,09	0	50	40,85	0,19	3	0,85	0,85	0,18	13,30	
Розанчик с повидлом	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		4,22	4,21	39,43	215,82	0,23	50,03	57,6	1,46	23,72	52,38	9,62	0,89	28,30	
Всего за День-3		43,15	45,02	183,2	1320,6	1,36	177,7	191,36	8,78	562,63	785,28	174,79	9,35	240,00	

Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию	/ФИО/
Количество детей в обед		Шеф повар	Горбунова Ю.А.
Количество детей в полдник			
Всего детей			



Утверждаю
Директор
М.П.
Раденская О.С.

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №6»
М.П.

М.П.

Меню

« 5 » июня 2025г. День-4

Горбунова Ю.А.

День/ Неделя Перецета	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	Мg	Fe	

День-4

Завтрак

Вареники отв. с маслом	150/10	23,06	15,61	10,44	279,15	0,07	0,60	106,64	0,15	205,24	286,37	29,16	0,82	49,10	
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	
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		20,93	19,12	73,58	551,55	0,19	8,33	14,00	2,23	95,40	297,91	60,45	4,19	79,90	

Обед

Салат из свежих огурцов и белокочанной капусты маслом растител.	60	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	19,60
Суп картофельный 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
Плов с мясом	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	125,40

Полдник

Фрукт (Мандарин)	150			12	56		12			19	13	11	3	34,70
Итого за полдник														
Всего за День-4		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	/ФИО/
Количество детей в обед		Шеф повар	Горбунова Ю.А.
Количество детей в полдник			
Всего детей			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Утверждаю

Директор Рамонская О.С.

Директор МБОУ «СОШ №6»

М.П.

М.П.

Горбунова Ю.А.

« 6 » июня 2025г. День-5

Меню



Индивидуальный предприниматель Рамонская Ольга Сергеевна

Наименование

блюда

День/ Неделя №Рецепта	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-5

Завтрак

Каша манная 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	38,00
Дйцо отварное	1 шт	12,7	11,5	0,7	157	0,07	0	0,25		55	192	12	2,5	10,00
Чай из шиповника	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50		0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	11,50
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	62,70

Обед

Салат из моркови с рас. 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
Рассольник ленинградский с крупной перловой	200	2,02	1,38	15,8	84,37	0,12	19,20		0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	28,70
Котлета куриная	60	10,79	7,73	4,72	131,64	0,11	0,64	33,15	2,01	46,61	147,93	20,28	0,41	54,50
Рис отварной с овощами	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	21,90
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
Хлеб пшеничный	30	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	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	127,60

Полдник

Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15		0,3	24	16,5	13,5	3,3	35,10
Печенье	50	3,9	2,5	19,6	112	0,04	0,76	0,02		97,13	82,09	15,43	0,47	14,60
Итого за полдник														49,70
Всего за День-5		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

Сок

Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию	/ФИО/
Количество детей в обед		Шеф повар	Горбунова Ю.А.
Количество детей в полдник			
Всего детей			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №6»

Горбунова Ю.А.

М.П.

Меню

« 9 » июня 2022г. День-6



День/ Неделя Не процента	Наименование * 340753621800094 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	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 строгановски	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		52,33	34,78	205,54	1334,20	0,68	37,43	178,42	6,29	584,15	821,19	201,70	12,58	42,70
Всего за День-6														240,00

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

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №6» Рамеевская О.С.

Директор МБОУ «СОШ №6»

М.П.

М.П.

Горбунова Ю.А.

« 10 » июня 2022г. День-7

Меню



День/ Неделя №Рецепта	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	Мg	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		Ответственный по питанию	/ФИО/
Количество детей в обед		Шеф повар	<i>Григорьев В.М.</i>
Количество детей в полдник			<i>С.И.</i>
Всего детей			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Директор _____ Равенская О.С.

M.T

Меню

« 11 » июня 2022г. День-8

Директор МБОУ «СОШ №6»

M.7

Горбунова Ю.А.

[illegible]

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		Ответственный по питанию	/ФИО/
Количество детей в обед		Шеф повар	<i>Григорьев С.А. с.г.</i>
Количество детей в полдник			
Всего детей			



Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №6»
Горбунова О.С.

М.П.

« 16 » июня 2022г. День-9

Меню

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

М.П.

Горбунова Ю.А.

День/ Неделя №Рецепта	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-9

Завтрак

Каша пшеничная 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	0,01	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 запеченная	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	/ФИО/
Количество Детей в обед		Шеф повар	Горбунова Ю.А.
Количество Детей в полдник			
Всего Детей			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №6»

Горбунова Ю.А.

М.П.

М.П.

Горбунова Ю.А.

« 17 » июня 2022г. День-10

Меню



Наименование

блюда

Масса порции

Пищевые вещества (г)

Энергетическая ценность

Витамины (Мг)

Минеральные вещества(мг)

Цена, руб.

День/Неделя

Б

Ж

У

В1

С

А(мкг)

Е

Са

Р

Mg

Fe

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

Огурец

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

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

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

/ФИО/

Количество Детей в обед

Шеф повар

Галиева С.В.

Количество Детей в полдник

Всего детей

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №6» Даменинская О.С.

Директор МБОУ «СОШ №6»

М.П.

М.П.

Горбунова Ю.А.

« 18 » июня 2025г. День-1

Меню



День/ Неделя	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	Мg	Fe			
День-1																	
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		
	Печенье	15	3,81	3,08	40,1	202,95	0,04		14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	3,80		
	Огурец	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		20,93	19,12	73,58	551,55	0,19	8,33	14,00	2,23	95,40	297,91	60,45	4,19	71,90		
Обед																	
	Салат из помидоров, и капусты растит. 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		
	Суп картофелем с крупой 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	30,60		
	Макаронные изд. отварные	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	16,80		
	Нагетсы куриные	60	12,00	13,00	4,00	185,00		0,04			10	131	19	2	48,40		
	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	124,70		
Полдник																	
	Сок	200	0,1	0,0	15	60,4	0,12	19,20		0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	33,70		
	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		
	Итого за полдник														43,40		
	Всего за День-1		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	/ФИО/
Количество детей в обед	Шеф повар	Даменинская О.С.
Количество детей в полдник		
Всего детей		

Утверждаю

M.7



Меню

« 19 » июня 2025г. День-2

Директор МБОУ «СОШ №6»

Утверждаю



Горбунова Ю.А.

[illegible]

День-2															
Завтрак															
	Каша рисовая мол. с маслом	200/10	0,14	0,02	0,38	2,4	0,01	0,98		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10	36,10
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,09	0,00		40,00	0,10	2,40	3,00		0,0	12,90
	Чай с сахаром и лимоном	200/8	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	4	1	23	114					17	100	28	2	3,20
	Итого за завтрак:		34,31	24,07	67,7	618,5	0,07	2,36	28		408,95	228	48	3,0	60,20

Обед															
	Салат витаминный	60	5.4	17	19.9	191.9	0.05	7.6			20.3			1.1	22,00
	Борщ с капустой и картофелем на бульоне	200	6	7	11	133		21			35	89	30	2	33,70
	Картофельное пюре	150	4	6	25	185		35			45	111	43	2	26,00
	Котлета мясная	60	16,9	10,6	15,1	177,4		2			30	112	15	1	58,50
	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,6	8,70
	Хлеб пшеничный	30	3		22	105					7		10	1	3,20
	Итого за обед:		34.6	32.1	99.26	802.2	0.02	90.2			338.9	312	98	7.2	152,10
Полдник															
	Фрукт (яблоко)	150			12	56		12			19	13	11	3	27,70
	Итого за полдник														
	Всего за день-2		43,48	35,31	175,50	1195,36	0,75	79,74	68,95	8,13	251,59	721,74	195,84	9,8	240,00

Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию	/ФИО/
Количество детей в обед		Шеф повар	<i>Геннадий Васильевич</i>
Количество детей в полдник			
Всего детей			

Утверждаю

Утверждаю

Директор _____ Романенская О.С.

Директор МБОУ «СОШ №6»

M.7

M.Π

Горбунова Ю.А.

Меню

« 20 » июня 2025г. День-3

День/ Неделя	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	Мg	Fe					
День-3																			
Завтрак																			
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,67	3,51	16,81	118,22	0,05	0,6	14,4	0,25	124,78	104,55	16,65	0,37	22,50				
	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:		16,9	14,5	69,21	477,24	0,34	1,69	74,77	1,61	442,62	386,75	64,17	2,47	50,00				
Обед																			
	Винегрет овощной	60	5,4	17	19,9	191,9	0,05	7,6			20,3			1,1	18,30				
	Суп картофельный с горохом на бульоне	200	8	6	20	163		15			34	147	45	3	22,80				
	Гуляш из мяса	40/40	13.	4,5		122		2			68	164	24	2	85,00				
	Гречка рассыпчатая	150	5	6	37	183					16	96	33	1	20,70				
	Напиток Витаминный	200	1		20	92					25		37	2	11,70				
	Хлеб пшеничный	30	2		13	63					8		11	1	3,20				
	Итого за обед:		34,4	33,5	109,9	814,9	0,05	24,6			171,3	407	150	10,1	161,70				
Полдник																			
	Сок (яблочный)	200	0,17	0,07	13,39	58,09	0	50	40,85	0,19	3	0,85	0,85	0,18	13,30				
	Розанчик с повидлом	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		4,22	4,21	39,43	215,82	0,23	50,03	57,6	1,46	23,72	52,38	9,62	0,89	28,30				
	Всего за День-3		43,15	45,02	183,2	1320,6	1,36	177,7	191,36	8,78	562,63	785,28	174,79	9,35	240,00				
Количество детей на завтрак																			
Количество детей в обед																			
Количество детей в полдник																			
Всего детей																			
Ответственный по питанию /ФИО/ Шеф повар <i>Демидовская Н.И. Сур</i>																			

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6»

Утверждаю
Директор
М.П. Рамешская О.С.

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

Меню

« 23 » июня 2025г. День-4

День/ Неделя №Рецепта	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-4

Завтрак

Вареники отв. с маслом	150/10	23,06	15,61	10,44	279,15	0,07	0,60	106,64	0,15	205,24	286,37	29,16	0,82	49,10
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
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		20,93	19,12	73,58	551,55	0,19	8,33	14,00	2,23	95,40	297,91	60,45	4,19	79,90

Обед

Салат из свежих огурцов и белокочанной капусты маслом растител.	60	0,92	2,05	4,62	41,22	0,02	21,45		0,95	24,18	17,91	9,80	0,33	19,60
Суп картофельный 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
Плов с мясом	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	125,40

Полдник

Фрукт (Мандарин)	150			12	56		12			19	13	11	3	34,70
Итого за полдник														
Всего за День-4		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	/ФИО/
Количество детей в обед		Шеф повар	Дельсильда С.И. ет
Количество детей в полдник			
Всего детей			

Утверждаю

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №6» Горбунова Ю.А.

Директор МБОУ «СОШ №6» Горбунова Ю.А.

М.П.

М.П.

Горбунова Ю.А.

« 24 » июня 2025г. День-5

Меню



День/ Неделя №Рецепта	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	Мg	Fe	

День-5

Завтрак

	Каша манная 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	38,00
	Яйцо отварное	1 шт	12,7	11,5	0,7	157	0,07	0	0,25		55	192	12	2,5	10,00
	Чай из шиповника	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50		0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	11,50
	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	62,70

Обед

	Салат из моркови с рас. 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
	Рассольник ленинградский с крупной перловой	200	2,02	1,38	15,8	84,37	0,12	19,20		0,58	17,32	62,01	25,08	0,96	28,70
	Котлета куриная	60	10,79	7,73	4,72	131,64	0,11	0,64	33,15	2,01	46,61	147,93	20,28	0,41	54,50
	Рис отварной с овощами	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	21,90
	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
	Хлеб пшеничный	30	0,70	0,05	23,1	96,72	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	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	127,60

Полдник

	Сок	200	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15		0,3	24	16,5	13,5	3,3	35,10
	Печенье	50	3,9	2,5	19,6	112	0,04	0,76	0,02		97,13	82,09	15,43	0,47	14,60
	Итого за полдник														49,70
	Всего за День-5		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

Сок

Количество детей на завтрак	Ответственный по питанию	/ФИО/
Количество детей в обед	Шеф повар	Горбунова Ю.А.
Количество детей в полдник		
Всего детей		

« 25 » июня 2022г. День-6

M.Π

Горбунова Ю.А.

Директор МБОУ «СОШ №6»

Утверждено

День/ Неделя Рецепта	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 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				/ФИО/											
			Шеф повар <i>Геннадий С. И. Сег</i>															