

"Утверждено"

ИП Метобедилова Н.Д.

Руководитель Метобедилова Н.Д./



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" для отсроченного питания 7-11 лет 1 см

Меню на 03.09.2024 года (День)

"Согласовано"

Горнозаводская



Демкина Н. И./

Завтрак (День 6, )

N рец.	Наименование блюда	XE	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг								
			Б	Ж	У	ккал		B1	B2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(150)	150	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03			27,20	18,68	47,91	8,60	0,89
208	КНЕДЛИ ИЗ КУР	70/30	0,62	1,11	4,11	6,15	66,03	0,01	0,03	0,20	20,20	19,31	16,08	2,34	0,04	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(50)	50	2,46	4,30	0,40	24,60	119,20	0,06	0,02				10,00	32,50	7,00	0,55

Итого по подменю: 96,26 8,18 11,05 10,78 81,80 468,46 0,16 0,08 0,20 47,40 48,50 96,53 17,97 1,53

Зав. производ. Метобедилова Н.Д./ Калькулятор

Метобедилова Н.Д.

"Утсерждаю"

ИП Ногобадишова Н.Д.

Руководитель  
Ногобадишова Н.Д./



Меню на 04.09.2024 года (День )

Директор  
Дейшица Н. И./



№ рещ.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe						

**Завтрак (День 7, )**

241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72
235	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	0,26	1,26	1,90	19,94	0,01	0,01	0,81	6,00	1,01	2,96	1,14	0,06
294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,91			4,00		4,51	2,24	1,23	0,11
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 96,26 6,50 17,58 10,60 65,02 425,72 0,29 0,24 30,40 57,91 91,49 280,48 73,81 2,54

Зае. произвед. *Дейшица* Ногобадишова Н.Д./ Калыкултюр

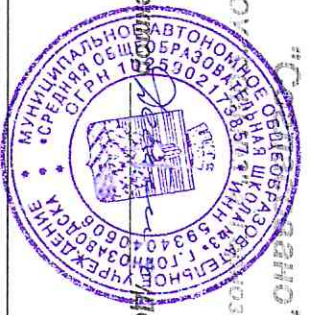
*Дейшица*

"Утверждаю"  
ИП Непобежимова Н.Л.

"Согласовано"  
МАОУ "СОШ №3" Калыкулятор  
Непобежимова Н.Л.

Руководитель  
Непобежимова Н.Л.

Директор  
Непобежимова Н.Л.



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Калыкуляторное питание 7-11 лет 1 см

Меню на 05.09.2024 года (День )

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг						
			Б	Ж	У	В1		В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe

<b>Завтрак (День 9, )</b>																
224	РИС ОТВАРНОЙ (150)	150	3,37	4,08	7,01	33,70	214,25		0,01		27,20	8,99	3,54	0,44	0,07	
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29		0,05	0,08	2,78	19,03	101,72	14,61	1,51	
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	
1	ХЛЕБ(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04		0,07	0,02		12,00	39,00	8,40	0,56	
Итого по подменю:		96,26	8,74	18,78	21,29	87,50	616,74		0,12	0,11	2,78	27,20	40,53	144,30	23,48	2,29

Зав. производ. *Непобежимова Н.Л.* /Непобежимова Н.Л./ Калыкулятор *Непобежимова Н.Л.*

"Утверждаю"

ИТ Нептос

Руководитель Менюбедимова Н.И./



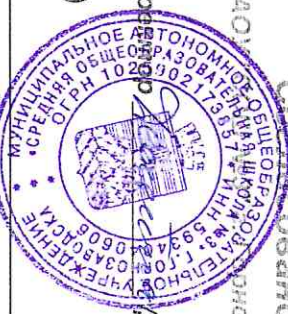
"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3"

Директор Демичина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" для питания 7-11 лет 1 см

Меню на 06.09.2024 года (День )



№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				

Завтрак (День 10, )

241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180	2,48	3,14	7,33	24,81	177,73	0,18	0,12	30,21	32,62	20,27	92,56	35,12	1,38
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01				6,00	19,50	4,20
244	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,91			4,00			4,51	2,24	1,23

Итого по подменю:

96,26 6,08 12,35 15,37 60,80 430,88 0,25 0,20 54,32 40,62 59,49 186,14 55,35 2,95

Заг. производ.

Менюбедимова И.В./ Калькулятор Менюбедимова И.В./

"Утєерждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель



Неповедимова Н.Л./

"Составлено"

ИМАО АЗОВАТЕЛНИКЪО С. Горнозаводска



Директор Деммина Н.И./

Структурное подразделение ИАОУ "СОШ №2" СВЗ/7-11 лет 1 смена завтрак

Меню на 03.09.2024 года (День)

Завтрак (День 6, )

N рец.	Наименование блюда				Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
					Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(150)	150	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03			27,20	18,68	47,91	8,60	0,89
208	КНЕПЛИ ИЗ КУР	70/30	0,62	1,11	4,11	6,15	66,03	0,01	0,03	0,20		20,20	19,31	16,08	2,34	0,04
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,08
1	Кисель(60)	50	2,46	4,30	0,40	24,60	119,20	0,06	0,02				19,00	32,50	7,00	0,55
Итого по подменю:		97,40	8,18	11,05	10,78	81,80	468,46	0,16	0,08	0,20		47,40	48,50	96,53	17,97	1,53
Итого по завтраку (День 6, )																
312	БЛЮДЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	5,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04			39,00	12,21	44,56	7,30	0,61
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05
Итого по подменю:		28,29	5,28	4,75	8,12	52,85	303,50	0,08	0,04			39,00	12,72	44,60	7,33	0,66

Зав. производ. Мещеряков /Неповедимова И.В./ Калькулятор

Мещеряков

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

МАОУ "Светловское"

"Составлено"

Руководитель /Непобедимова Н.Л./

Директор /Кеймина Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "Светловское" ОБЗ 7444 шт 1 смена завтрак

Траню на 04.09.2024 года (День)

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	г	Пищевые вещества, г						Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe						

Завтрак (День 7,)

241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72
222	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	0,26	1,26	1,40	19,94	0,01	0,01	0,81	6,00	1,01	2,96	1,14	0,06
224	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,81			4,00		4,51	2,24	1,23	0,11
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
Итого по подменю:		98,72	6,50	17,58	10,60	65,02	425,72	0,29	0,24	30,40	57,91	91,49	280,48	73,81	2,54
Второй завтрак (День 7,)															
312	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04		39,00	12,21	44,56	7,30	0,61
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
Итого по подменю:		26,97	5,28	4,75	8,12	52,85	303,50	0,08	0,04		39,00	12,72	44,60	7,33	0,66

Заг. производ. /ИП Непобедимова Н.Л./

Калькулятор

Инициалы

"Утверждаю"  
ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л./



"Утверждено"  
МАОУ СОШ №3 Кольчазаводска

Директор МАОУ СОШ №3 Кольчазаводска Демкина Н.И./



Структурное подразделение МАОУ СОШ №3 Кольчазаводска - 11 лет 1 смена завтрак

Меню на 05.09.2024 года (День )

**Завтрак (День 9, )**

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг								
			Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe			
224	РИС ОТВАРНОЙ (150)	150	3,37	4,08	7,01	33,70	214,25		0,01			27,20	8,99	3,54	0,44	0,07	
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29		0,05	0,03	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51	
201	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,80			15,04	60,16						0,51	0,04	0,05	0,04	
1	ХЛЕБ(60)	80	2,95	5,16	0,48	29,58	143,04		0,07	0,02			12,00	99,00	9,40	0,66	
<b>Итого по подменю:</b>		<b>96,88</b>	<b>8,74</b>	<b>18,78</b>	<b>21,29</b>	<b>87,50</b>	<b>616,74</b>	<b>0,12</b>	<b>0,11</b>	<b>2,78</b>	<b>27,20</b>	<b>40,99</b>	<b>144,70</b>	<b>23,48</b>	<b>2,29</b>		
<b>Второй завтрак (День 9, )</b>																	
315	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3,66	4,44	5,07	36,59	209,74		0,07	0,04			30,00	11,62	43,54	6,67	0,61
294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,81				4,00		4,51	2,24	1,23	0,11	
<b>Итого по подменю:</b>		<b>28,83</b>	<b>5,19</b>	<b>4,53</b>	<b>5,08</b>	<b>51,93</b>	<b>271,55</b>	<b>0,07</b>	<b>0,04</b>	<b>4,00</b>	<b>30,00</b>	<b>16,13</b>	<b>45,78</b>	<b>7,90</b>	<b>0,72</b>		

Зав. производ. *Мещеряков* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Мещеряков*

"Утверждаю"

ИТГ Непобедимова Н.И.

Руководитель \_\_\_\_\_ /Непобедимова Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №33" ОБСЗС, 14 лет 1 смена завтрак

Меню на 06.09.2024 года (День )

Директор \_\_\_\_\_ /Демкина Н.И./

МАОУ "СОШ №33" ОБСЗС, 14 лет 1 смена завтрак



**Завтрак (День 10, )**

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Капорм, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180	2,48	3,14	7,33	24,81	177,73	0,18	0,12	30,21	32,62	20,27	92,56	35,12	1,38				
178	ГОЛУБЦЫ ПЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13				
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,20	14,78	72,82	0,03	0,03										
294	ЧАЙ С ТИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,81			4,00		4,51	2,24	1,23	0,11				
Итого по подменю:		96,62	6,08	12,35	15,37	60,80	430,88	0,25	0,20	54,32	40,62	59,49	186,14	55,35	2,95				
Второй завтрак (День 10, )																			
312	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04		39,00	12,21	44,56	7,30	0,61				
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05				
Итого по подменю:		29,07	5,28	4,75	8,12	52,85	303,50	0,08	0,04		39,00	12,72	44,60	7,33	0,66				

Зав. производ. \_\_\_\_\_ /Непобедимова И.В./ Калькулятор \_\_\_\_\_



"Утгарждаг"  
ИТ Непобедимова Н.Л.

МАОУ "СЭНДЭГ"  
Директор Н.И.

Руководитель Непобедимова Н.Л./

Директор Шилина Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "СЭНДЭГ" №301. Меню на 03.09.2024 года (День )



Обед (День 6, )

N рец.	Наименование блюда	Взвешивание	XE	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	К		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				
45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,78	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	38,10	1,97					
227	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120)	120	2,88	4,52	4,99	28,81	178,16	0,07	0,02		21,60	9,05	37,12	6,53	0,66					
208	КНЕПЫ ИЗ КУР	70/30	0,62	1,11	4,11	6,15	66,03	0,01	0,03	0,20	20,20	19,31	16,08	2,34	0,04					
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01		6,00	19,50	4,20	0,33						
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,04					
Итого по подменю:		96,26	8,44	13,61	14,10	84,36	518,65	0,34	0,14	11,70	61,80	69,87	180,34	51,20	3,05					

Зав. производ. Шилина Н.И./ Калькулятор

Шилина Н.И.

"Утсерждаю"  
ИТ Непобедимова Н.Л.

"Оддасовдану"  
МАОУ "СОШ №3" Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Демкина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Непобедимова Н.Л.

Меню на 04.09.2024 года (День )

N рец.	Наименование блюда	XE	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	Y		B1	B2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe

Обед (День 7, )

63	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 96,26 6,70 18,40 15,95 67,01 485,11 0,34 0,29 55,62 66,91 133,24 320,52 91,41 3,11

Заг. производ. *Шевцов* Непобедимова И.В./ Калькулятор *Шевцов*

"Утсерждаю"

ИП Лепобед

МАОУ

Бродска

Руководитель Чепобедимова Н.Л./

Директор Демкина Н.И./



Структурное подразделение МАОУ "СОЦ. М.З. Лепобед" **Меню на 05.09.2024 года (День )**

**Обед (День 9, )**

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	В1		В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
43	СВЕКОЛЬНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	18,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,58	0,01			18,00	8,44	2,85	0,44	0,07
176	ТЕФЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,69	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 96,26 8,32 18,22 25,53 83,25 635,68 0,17 0,18 20,90 33,00 79,41 203,28 52,45 3,61

Заг. производ. Шевы /Чепобедимова И.В./ Калькулятор Шевы

"Утверждаю"  
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласно"  
МАОУ "СОШ №3" г. Ярославля

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Демкина Н. И.



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" льготное питание 7-11 лет 2 см

Меню на 06.09.2024 года (День )

**Обед (День 10, )**

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	КХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe		
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,08		
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(120)	120	1,79	2,97	5,76	17,92	135,40	0,13	0,12	20,34	26,28	47,40	88,64	27,51	0,94		
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13		
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05		
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,59	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,32		

Итого по подменю: 96,26 7,12 14,67 20,68 71,18 529,53 0,31 0,28 57,61 49,28 117,03 261,22 74,33 3,53

Заг. производитель Шеф / Непобедимова Н.Л. / Калькулятор Шеф

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова Н.Л.

"Составлено"

МАОУ "СОШ №3" г. Вологда

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Директор

Сидорова Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" г. Вологда

Секция питания

Меню на 03.09.2024 года (День )

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминный состав, мг							Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				

Обед (День 6, )

45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,79	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	38,10	1,97
227	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120)	120	2,88	4,52	4,99	28,81	178,16	0,07	0,02		21,60	9,05	37,12	6,53	0,66
209	КНЕПЫ ИЗ КУР	70/30	0,62	1,11	4,11	6,15	66,03	0,01	0,03	0,20	20,20	19,31	16,08	2,34	0,04
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,59	0,24	14,76	71,52	0,02	0,01			6,00	10,50	4,20	0,35
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,02	0,02

Итого по подменю:

107,93 8,44 13,61 14,10 84,36 518,65 0,34 0,14 11,70 51,80 69,87 180,34 51,20 3,05

Зав. производ.

Сидорова Н.И.

Непобедимова Н.Л./

Калькулятор

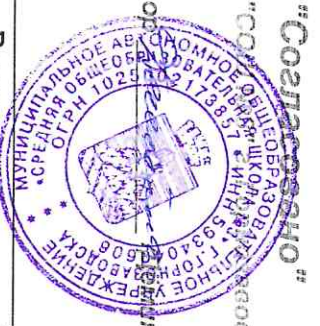
Сидорова Н.И.

"Утврждаю"  
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"  
МАОУ "СОШ №3" г.Вязьма

Руководитель МАОУ "СОШ №3" г.Вязьма Непобедимова Н.Л./

Директор МАОУ "СОШ №3" г.Вязьма Н.И./



Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" г.Вязьма  
Меню на 04.09.2024 года (День )  
Питание 12-18 лет

Обед (День 7, )

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	Y		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
63	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80				
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21				
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72				
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05				
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			5,00	19,50	4,20	0,33				

Итого по подъему: 107,93 6,70 18,40 15,95 67,01 485,11 0,34 0,29 55,62 66,91 133,24 320,52 91,41 3,11

Заг. производ. *Неискоф* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Неискоф*

"Утверждаю"

ИП Непобединова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Владивосток

Руководитель МАОУ "СОШ №3" г. Владивосток Непобединова Н.Л.

Директор МАОУ "СОШ №3" г. Владивосток Непобединова Н.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" г. Владивосток

Меню на 05.09.2024 года (День)

питание 12-18 лет

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминный состав, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				

Обед (День 9, )

43	СВЕКОЛЫНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	18,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,58		0,01		18,00	8,44	2,85	0,44	0,07
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51
301	Чай-Заварка	200	1,50			35,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 107,93 8,32 18,22 25,53 83,25 635,68 0,17 0,18 20,90 33,00 79,41 203,28 52,45 3,61

Зав. производ. Шенко Н.В. / Непобединова Н.В. / Калькулятор Шенко Н.

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Директор

Жукина Н.И./

"Согласовано"

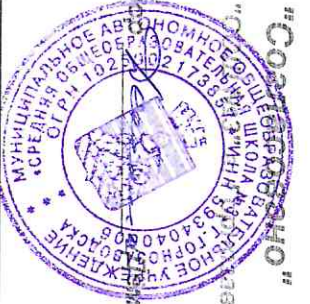
МАОУ "СОШ №3"

Средняя общеобразовательная школа №3

Педагог

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Детское питание 12-18 лет

Меню на 06.09.2024 года (День)



Обед (День 10, )

№ п/п	Наименование Блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг								
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,08
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21
178	ГОЛУБЦЫ ПЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,94	14,90	1,13
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,59	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 107,93 7,50 14,95 21,71 74,92 554,84 0,34 0,29 62,58 53,71 116,38 270,16 79,34 3,80

Заг. производ. *Мельникова* Непобедимова Н.Л./ Калькулятор *Мельникова*



"Утверждаю"  
ИП Непобежимова Н.Л.

"Согласовано"  
МАОУ "СОШ №3" СВЗ  
Директор Школа №3  
Непобежимова Н.И.

Руководитель

Непобежимова Н.Л./

Директор Школа №3  
Непобежимова Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" СВЗ №12-18 лет

Меню на 03.09.2024 года (День )

Обед (День 6, )

№ рец.	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				
45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,79	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	39,10	1,97			
227	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120)	120	2,88	4,52	4,99	28,81	178,16	0,07	0,02		21,60	9,05	37,12	6,53	0,66			
208	КНЕЛИ ИЗ КУР	70/30	0,62	1,11	4,11	6,15	66,03	0,01	0,03	0,20	20,20	19,31	16,08	2,34	0,04			
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,59	0,24	34,78	71,52	0,02	0,01		6,00	10,50	4,20	0,32	0,32			
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,02	0,02			
Итого по подменю:			35,87	8,44	13,61	14,10	84,36	518,65	0,34	0,14	11,70	61,80	69,87	180,34	51,20	3,05		
Второй завтрак (День 6, )																		
315	БУЛКА РОССИЙСКАЯ (120)	120	7,32	8,86	10,13	73,19	419,46	0,14	0,09		60,00	23,24	67,09	13,33	1,22			
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05			
Итого по подменю:			112,26	8,82	8,88	10,13	88,23	479,64	0,14	0,09		60,00	23,75	87,13	13,36	1,27		

Заг. производ.

*Иванова*

Непобежимова И.В./ Калькулятор

*Иванова*

"Утверждаю"  
ИТ Непобедимова Н.Л.

"Создано"  
МАОУ "СОШ №3" ОЗС 12-18 лет  
Заводска

Руководитель

Директор  
Ирина Н. И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОЗС 12-18 лет

Меню на 04.09.2024 года (День )



Обед (День 7, )

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1		В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe			
63	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80			
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21			
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72			
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,04			
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,59	0,24	14,74	71,59	0,02	0,01			6,00	19,50	4,20	0,24			
Итого по подменю:			39,01	6,70	18,40	15,95	67,01	485,11	0,34	0,29	55,62	66,91	133,24	320,52	91,41	3,11		
Блиновое заведение (День 7, )																		
312	БЛИНЧИКА ДОМАШНЯЯ	60	3,76	4,75	6,12	37,61	245,34	0,06	0,04			39,00	12,21	44,56	7,30	0,61		
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05			
Итого по подменю:			108,82	5,28	4,75	8,12	52,95	303,50	0,08	0,04		39,00	12,72	44,60	7,33	0,66		

Зав. производ. *Ирина Н. И.* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Ирина Н. И.*

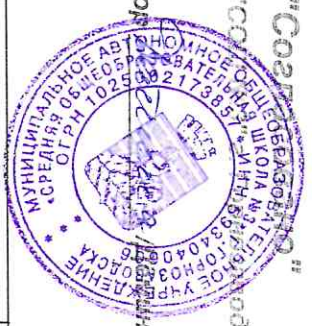
"Утверждаю"  
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"  
МАОУ "СОШ №3" ОУЗ №3

Руководитель \_\_\_\_\_  
Непобедимова Н.Л.

Директор \_\_\_\_\_  
Давыдова Н.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОУЗ №3



№ реч.	Наименование блюда	Пищевые вещества, г						Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
		Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe						

Обед (День 9, )

43	СВЕКОЛЬНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	19,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,50	0,01	0,01	18,00	8,44	2,85	0,44	0,07	0,07
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,79	19,03	101,72	14,61	1,51	0,05
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16				0,51	0,04	0,03	0,05	0,05
	МЛЕНЦ(0)	40	1,97	3,44	0,32	19,69	95,36	0,04	0,01		9,05	26,00	5,60	0,42	0,42

Итого по подменю: 39,06 8,32 18,22 25,53 93,25 635,68 0,17 0,18 20,90 33,00 79,41 203,28 52,45 3,61

Итого за завтрак (День 9, )

346	БУЛКА РОССИЙСКАЯ (120)	120	7,32	6,66	10,13	73,15	419,46	0,14	0,09		60,00	23,24	67,09	13,32	1,22
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16				0,51	0,04	0,03	0,05	0,05

Итого по подменю: 108,78 8,82 9,88 10,13 88,23 479,64 0,14 0,09 60,00 23,75 87,13 13,36 1,27

Зав. производ. \_\_\_\_\_  
Непобедимова И.В. / Калькулятор

\_\_\_\_\_

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова И.В.

Руководитель

Неповедимова И.В.

Директор

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №34" ОДО 10400068

Меню на 06.09.2024 года (День )

Обед (День 10, )

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г					Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe			
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,08			
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21			
178	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,82	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13			
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05			
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,78	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,32			
Итого по подменю:				34,97	7,50	14,95	21,71	74,92	554,84	0,34	0,29	62,58	53,71	116,38	270,16	79,34	3,80	
Выходной завтрак (День 10, )																		
312	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04			39,00	12,21	44,56	7,30	0,61		
294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,81					4,00			2,24	1,23	0,11	
Итого по подменю:				112,86	5,31	4,84	8,13	53,15	305,15	0,08	0,04	4,00	39,00	16,72	46,80	8,53	0,72	

Зав. производ. *Неповедимова И.В.* /Неповедимова И.В./ Калыкулятор

*Неповедимова И.В.*

"Утверждаю"

ИП Непобедимова В.Н.П.

"Согласовано"

МАОУ "Средняя общеобразовательная школа №1 г. Горно-Алтайска"

Руководитель

Непобедимова Н.Д./

Директор МАОУ "СОШ №1 г. Горно-Алтайска" Шилова Н.И./

Структурное подразделение льготное питание детей участников СВО

\* Меню на 03.09.2024 года (День )

Обед (День 6, )

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe
45	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	1,96	5,40	4,76	19,60	142,78	0,23	0,08	11,50	20,00	35,00	107,60	38,10	1,97
227	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120)	120	2,88	4,52	4,99	28,81	178,16	0,07	0,02		21,60	9,05	37,12	6,53	0,66
208	КНЕПЛИ ИЗ КУР	70/30	0,62	1,11	4,11	6,18	66,03	0,01	0,03	0,20	20,20	19,31	16,08	2,34	0,04
1	КРЕМ(СМ)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	74,52	0,02	0,01			6,04	39,50	4,20	0,22
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,05

Итого по подменю:

107,93 9,44 13,61 14,10 84,36 519,65 0,34 0,14 11,70 61,80 69,87 180,34 51,20 3,05

Согласовано, Непобедимова В.В./ Кабинет №109

Инициалы

"Утверждаю"

ИТ Напобедителю КХР едпринимателя

Руководитель Бердимова Н.И./

Меню на 04.09.2024 года (День)

Директор Бердимова Н.И./

"Создано в ИТ"

МАОУ "СОШ №13" г. Ижевск



Обед (День 7, )

№ п.п.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
63	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,03	6,70	9,11	104,82	0,07	0,06	30,03	15,00	48,76	51,70	21,34	0,80				
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21				
161	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,64	10,54	2,22	6,44	87,90	0,08	0,09	0,28	21,20	31,22	151,70	33,32	0,72				
301	САЛ-ЗАПАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,02	0,05				
1	ХЛЕБ(30)	30	1,49	2,59	0,24	14,75	71,52	0,02	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33				

Итого по подменю: 107,93 6,70 18,40 15,95 67,01 425,11 0,34 0,29 55,62 66,91 133,24 320,52 91,41 3,11

Зав. производ. Бердимова Н.И./ ИТ Напобедителю И.В./ Калькулятор Бердимова Н.И./

"Утверждаю"

ИП Нотобоева Н.И.

Руководитель  
Ибрагимовна Н.И./



"Составлено"

МАОУ "СОШ № 21 Т.И.И."

Директор  
Ибрагимова Н.И./



Структурное подразделение льготное питание детей / Участники СВО

Меню на 05.09.2024 года (День )

Обед (День 9, )

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г						Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У					В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
43	СВЕКОЛЬНИК	250/10	1,68	2,52	6,76	16,83	138,29	0,08	0,08	18,12	15,00	43,43	72,67	31,77	1,54			
201	РИС(100)	100	2,25	2,72	4,65	22,46	142,58		0,01		18,00	8,44	2,85	0,44	0,07			
178	ТЕФТЕРИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,08	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51			
301	МАКЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,01	0,02	0,05			
1	ХЛЕБ(40)	40	1,97	2,44	0,32	19,69	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44			
Итого по подменю:				107,93	8,32	18,22	25,53	83,25	635,68	0,17	0,18	20,90	33,00	79,41	203,28	52,45	3,61	

Зав. производ. Ибрагимова Н.И./ Калькулятор

Ибрагимова Н.И.

"Утверждаю"

ИП Непобединова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводска

Руководитель Непобединова Н.Л.

Директор Непобединова Н.И.

Структурное подразделение льготного питания детей участников СВО

Меню на 06.09.2024 года (День)

№ п/п	Наименование блюда	Ряжко	ХЕ	Пищевые вещества, г			Ккал	B1	B2	С	А,мкг	Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У						Ca	P	Mg	Fe	

Обед (День 10, )

42	РАССОЛЫ	250/10	1,76	2,58	6,89	17,57	142,63	0,11	0,08	17,16	15,00	34,41	81,20	27,79	1,08
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150)	150	2,17	3,25	6,79	21,66	160,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21
179	ГОЛЫВЫ ПЕНИВЫЕ	70/30	0,59	6,54	7,79	5,89	119,92	0,04	0,07	20,11	8,00	28,71	71,84	14,80	1,13
301	Чай-Заварка	200	1,50			35,04	50,10					0,71	0,04	0,02	0,05
1	УПЕВ(30)	30	1,49	2,58	0,24	14,75	71,52	0,02	0,01			6,00	19,50	4,20	0,32

Итого по подменю: 107,93 7,50 14,95 21,71 74,92 554,94 0,34 0,29 62,58 53,71 116,39 270,16 79,34 3,80

Зав. производ. Непобединова Н.И. Калькулятор