

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор ОО \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Ф. И. О.

\_\_\_\_\_ Ф. И. О.

Дата: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
**18 сентября 2025 г.**

***Возрастная категория 7 – 11 лет***

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углевод ы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
№301 Омлет натуральный	180	95,4	12,1470	19,0638	24,2940	321,2082
Овощи консер.промыш про-ва(горошек зел.)	80		4,0150	0,2600	4,2250	40,2000
№ 493 Чай с сахаром	200		0,0000		8,9840	31,9200
Хлеб пшеничный	30		2,0700	0,3600	16,8000	69,3000
Хлеб ржаной	25		1,2500	0,3500	11,0000	48,0000
Фрукты свежие по сезону(апельсин)	130		2,9060	0,2013	12,1544	66,2886
<b>Итого:</b>	<b>645</b>	<b>95,4</b>	<b>22,3880</b>	<b>20,2351</b>	<b>77,4574</b>	<b>576,9168</b>
<b>ОБЕД</b>						
№134 Рассольник Ленинградский	200	107,01	1,9970	2,8786	16,2016	92,4202
№291 Макароны изделия отварные	160		6,3570	5,2520	58,3084	252,9305
№404 Птица отварная с соусом	75/35		15,0127	18,3700	0,4701	207,5577
Нарезка из овощей свежих (огурец)	80		0,5531	0,079	1,5012	8,6914
Сок яблочный	200		1,0000	0,2	23,5683	159,0000
Хлеб пшеничный	20		1,3800	0,2400	8,4000	46,2000
Хлеб ржаной	20		1,0000	0,2800	8,8000	57,8000
<b>Итого:</b>	<b>790</b>	<b>107,01</b>	<b>27,2998</b>	<b>27,2996</b>	<b>117,2496</b>	<b>824,5998</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
№211Запеканка морковная	100	30,43	3,7857	3,9536	20,3646	225,3795
Чай с сахаром	200				7,9800	31,9200

Хлеб пшеничный	25		1,3800	0,2400	8,4000	46,2000
<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>30,43</b>	<b>5,1657</b>	<b>4,1936</b>	<b>36,7446</b>	<b>303,4995</b>
<b>УЖИН</b>						
№407 Рагу из птицы	170/70	67,29	12,9756 0	23,30750	32,80830	305,50670
Нарезка из овощей свежих(помидор)	80		0,8691	0,158	3,00250	8,963
Компот из смеси сухофруктов	200		0,64	0,00000	21,58400	82,52000
Хлеб ржаной	25		1,25000	0,35000	11,00000	48,00000
Хлеб пшеничный	15		1,03500	0,18	6,30000	34,65000
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>67,29</b>	<b>16,7697 0</b>	<b>23,99550</b>	<b>74,69480</b>	<b>479,63970</b>
<b>УЖИН 2</b>						
Кисломолочный напиток (йогурт)	150	25,58	3,0000	3,7500	6,0000	75,0000
Хлеб пшеничный	50		2,7600	0,4800	16,8000	115,5000
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>25,58</b>	<b>5,7600</b>	<b>4,2300</b>	<b>22,8000</b>	<b>190,5000</b>

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор ООО \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Ф. И. О.

\_\_\_\_\_ Ф. И. О.

Дата: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
**18 сентября 2025 г.**

***Возрастная категория 12 лет и старше***

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
№301 Омлет натуральный	180	107,47	8,222	20,4069	5,4922	285,1417
Овощи консер.(промыш.произ.)зел.гор.	70		2,015		4,225	12
№ 493 Чай с сахаром	200				9,98	39,9
Хлеб пшеничный	60		3,45	0,6	31	138,5
Хлеб ржаной	40		2,5	0,7	27	97
Фрукты свежие по сезону(апельсин)	130		0,72		19,8	111,6
<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>107,47</b>	<b>16,907</b>	<b>21,7069</b>	<b>97,4972</b>	<b>684,1417</b>
<b>ОБЕД</b>						
№134 Рассольник Ленинградский	250	128,2	2,1421	3,589	21,3629	98,2348
№291 Макароны изделия отварные	200		13,061	8,021	60,52	292,22
№404 Птица отварная с соусом	120/30		19,4129	23,1518	5,5004	303,8302
Нарезка из овощей свежих (огурец)	100		0,5531	0,079	1,5012	8,6914
Сок яблочный	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб ржаной	30		1,5	0,42	16,2	77,2
Хлеб пшеничный	60		2,76	0,48	24,8	69,4
<b>Итого:</b>	<b>990</b>	<b>128,2</b>	<b>40,4291</b>	<b>35,9408</b>	<b>150,0845</b>	<b>941,5764</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
Чай с сахаром	200	50,5			9,98	39,9
Хлеб пшеничный	30		2,07	0,36	18,6334	69,4245

№211 Запеканка морковная	150		3,7463	4,1475	32,5134	288,4462
<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>50,5</b>	<b>5,8163</b>	<b>4,5075</b>	<b>61,1268</b>	<b>397,7707</b>
<b>УЖИН</b>						
№407 Рагу из птицы	160/100	87,04	17,5723	25,1296	30,3837	337,2212
Нарезка из овощей свежих(помидор)	100		0,8691	0,158	3,0025	18,963
Компот из смеси сухофруктов	200		0,8		20,98	108,15
Хлеб ржаной	25		1	0,28	10,8	38,8
Хлеб пшеничный	20		1,38	0,24	12,4	35,2
<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>87,04</b>	<b>21,6214</b>	<b>25,8076</b>	<b>77,5662</b>	<b>538,3342</b>
<b>УЖИН 2</b>						
Хлеб пшеничный	20	26,23	1,38	0,24	12,4	46,2
Кисломолочный напиток(йогурт)	180		3,6	4,5	7,2	90
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>26,23</b>	<b>4,98</b>	<b>4,74</b>	<b>19,6</b>	<b>136,2</b>