



Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

Л.Б. Кайдашова

Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания" для питания учащихся в общеобразовательных школах



неделя	дни недели	Школьный завтрак 80,00+12,60 (с 12 лет) Гаи	Цена	Выход	Бел	Жиры	Углеб	Кал	
1	1	Каша Молочная "дружба" с маслом сливочным	25,18	255	8,47	6,80	47,81	* 288,61	
		Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	19,61	55	5,39	6,80	20,82	164,88	
		Яйцо вареное вкрутую	14,85	45	5,36	4,50	6,80	63,63	
		Чай с лимоном	4,00	206	0,24	0,00	15,19	62,27	
		Пирожное	10,84	30	1,35	4,80	19,50	126,00	
		Яблоко	18,12	110	0,50	0,00	13,56	55,20	
		ИТОГО	92,60	701	21,31	22,29	116,95	780,59	
	2	Фрукты мытые поштучно	24,75	150	0,60	0,60	14,70	66,60	
		Запеканка из творога со стухенным молоком	47,55	90	16,06	7,79	20,57	216,83	
		Макаронь отварные с сыром и маслом	14,35	100	5,65	4,37	19,10	138,49	
		Чай с сахаром	1,81	200	0,09	0,02	12,01	48,61	
		Батон нарезной	4,14	40	1,67	1,20	20,30	75,00	
		ИТОГО	92,60	580	24,07	13,98	86,68	545,53	
	3	Икра из кабачков	15,67	60	1,14	4,20	4,20	54,00	
		Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	53,73	125	19,59	22,84	3,26	294,88	
		Каша рассыпчатая гречневая	10,68	150	8,21	5,36	36,07	225,42	
		Чай с лимоном	5,33	210	0,27	0,06	15,30	62,80	
		Хлеб пшеничный из муки в/с	2,07	30	2,28	0,27	14,52	69,60	
		Печенье	5,12	30	2,10	6,00	19,20	141,00	
		ИТОГО	92,60	605	33,59	38,73	92,55	847,70	
		4	Вареники с картофелем из п/ф с маслом	48,42	205	9,34	11,07	55,87	367,85
Сыр порциями	18,31		20	4,60	9,00	0,00	72,60		
Чай с сахаром	1,81		200	0,09	0,02	12,01	48,61		
Батон нарезной	3,43		35	1,50	1,05	17,77	85,60		
Яблоко	20,63		125	0,50	0,00	14,13	57,60		
ИТОГО	92,60		585	16,03	21,14	99,78	612,26		
5	Икра морковная	12,19	60	1,04	4,30	5,77	85,83		
	Котлеты мясо-картофельные "по-хлыновски"	46,59	60	9,52	15,86	3,76	194,90		
	Соус томатный	3,01	30	0,21	1,20	1,47	17,36		
	Макаронь отварные	11,15	160	7,45	4,17	34,99	200,30		
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	6,00	200	0,28	0,09	10,70	44,68		
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,82	40	3,04	0,36	19,36	92,80		
	Пирожное	10,84	30	1,35	4,80	19,50	126,00		
	ИТОГО	92,60	580	22,89	30,78	95,55	741,87		
2	1	Каша молочная пшеничная вязкая с маслом сливочным	26,78	255	9,68	8,09	42,81	282,82	
		Блинчики	19,51	64	2,25	3,84	15,69	108,21	
		Яйцо вареное вкрутую	14,85	45	5,36	4,5	0,27	63,63	
		Чай с лимоном	3,85	205	0,23	0,05	15,17	62,04	
		Батон нарезной	4,51	40	1,67	1,2	20,3	75	
		Фрукты мытые поштучно	23,10	140	0,56	0,56	13,72	62,16	
		ИТОГО	92,60	749	19,75	18,24	107,96	653,86	
	2	Пельмени с курицей	51,92	180	18,24	9,12	39,74	314,64	
		Масло сливочное на полив	3,81	3	0,04	2,18	0,03	19,8	
		Чай с сахаром	1,73	200	0,09	0,02	12,01	48,61	
		Хлеб пшеничный из муки в/с	2,88	30	2,43	0,29	15,49	76,16	
		Фрукты мытые поштучно	21,45	130	0,52	0,52	12,74	57,72	
		Пирожное	10,81	30	1,35	4,8	19,5	126	
	ИТОГО	92,60	573	22,67	16,93	99,51	642,93		
	3	Салат из белокочанной капусты	10,04	70	1,04	3,57	6,44	61,89	
		Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	34,78	60	10,49	5,52	10,1	130,55	
		Картофельное пюре	26,71	150	3,1	4,21	20,06	129,9	
		Сок фруктовый	14,19	200	1	0,2	20,4	92	
		Хлеб пшеничный из муки в/с	3,08	40	2,66	0,32	16,94	81,2	
		Печенье	3,80	22	1,54	4,4	14,1	103,4	
	ИТОГО	92,60	542	19,83	18,22	88,04	598,94		
	4	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	26,59	255	6,06	6,3	38,07	233,14	
		Блинчики	19,51	64	2,25	3,84	15,69	108,21	
		Чай с лимоном	4,79	210	0,27	0,06	15,3	62,8	
		Батон нарезной	4,80	40	1,67	1,2	20,3	75	
Фрукты мытые поштучно		26,06	160	0,64	0,64	15,68	71		
Пирожное		10,85	30	1,35	4,8	19,5	126		
ИТОГО		92,60	759	12,24	16,8	124,54	676,15		
5	Гуляш	46,07	80	9,37	16,06	3,82	211,4		
	Макаронь отварные	12,56	180	8,15	4,69	39,37	225,34		
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	6,03	200	0,28	0,09	10,7	44,68		
	Хлеб пшеничный из муки в/с	3,19	35	2,66	0,32	16,94	81,2		
	Фрукты мытые поштучно	24,75	150	0,6	0,6	14,7	66,6		
	ИТОГО	92,60	645	21,06	21,76	85,53	629,2		
Итого за 10 дней						213,44	218,91	997,09	6709,06
Среднее в день						21,34	21,89	99,71	670,91
Суточная норма по СанПиНу						90,00	92,00	383,00	2720,00
% от суточной нормы						24%	24%	26%	25%

МАОУ СОШ №3



Директор школы:

*Л.Б. Кайдашова*

Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

*Л.Б. Кайдашова*

Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания" для питания учащихся в общеобразовательных школах



02.02.2025

неделя	день недели	Школ.завтрак 71,55 (7-11 лет) Гай экспертиза	Выход	Бел.	Жиры	Угл.	Ккал.
1 неделя	1	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	205	6,8	3,2	38,5	236,8
		Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	50	6,1	10,1	15,2	177,5
		Яйцо вареное вкрутую	45	5,4			63,6
		Чай с лимоном	207	0,3			56,7
		ИТОГО	607,00	18,5	20,9	68,7	534,6
	2	Запеканка из творога со сгущенным молоком	70	12,6	6,0	15,5	166,1
		Макароны отварные с сыром и маслом	100	5,7	4,4	19,1	138,5
		Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,0	57,2
		Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,3	0,3	14,5	69,6
		Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		ИТОГО	500	21,0	11,0	73,9	475,8
	3	Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	125	19,6	22,8	3,3	294,9
		Каша рассыпчатая гречневая	150	8,2	5,4	36,1	225,4
		Чай с лимоном	210	0,3	0,1	15,3	62,8
		Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,9	0,2	12,1	58,0
	ИТОГО	510	30,0	28,5	66,7	641,1	
	4	Вареники с картофелем из п/ф с маслом	164	7,5	8,1	44,7	287,7
		Сыр порциями	10	2,6	2,7	0,0	34,5
		Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,0	48,6
		Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	79,5
Яблоко		120	0,5	0,0	13,6	55,2	
ИТОГО		624	12,9	11,7	86,7	605,4	
5	Котлеты мясо-картофельные "по-хлыновски"	50	7,7	11,3	4,1	146,3	
	Соус томатный	30	0,2	1,2	1,5	17,4	
	Макароны отварные	150	7,1	3,9	32,8	187,8	
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,3	0,1	10,7	44,7	
	Хлеб пшеничный из муки в/с	40	3,0	0,4	19,4	92,8	
	Пирожное	30	1,4	4,8	19,5	126,0	
ИТОГО	500	19,6	21,7	87,9	614,9		
2 неделя	1	Каша молочная пшеничная вязкая с маслом сливочным	205	7,7	7,1	34,3	231,9
		Яйцо вареное вкрутую	45	5,4	4,5	0,3	63,6
		Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,0	48,6
		Батон нарезной	32	1,3	1,0	15,2	60,0
		Печенье	33	3,0	4,3	28,0	158,0
		Яблоко	140	0,5	0,0	10,3	64,4
	ИТОГО	655	18,0	16,9	100,1	626,5	
	2	Пельмени с курицей	150	15,2	7,6	33,1	262,2
		Масло сливочное на полив	2	0,0	1,3	0,0	11,6
		Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,0	48,6
		Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,7	0,2	10,7	51,0
		Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Вафли	24	1,2	5,5	16,1	120,0
	ИТОГО	601	18,6	15,0	81,7	537,9	
	3	Салат из белокачанной капусты	60	0,9	3,1	5,5	55,0
		Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	50	7,7	7,2	7,8	124,6
		Картофельное пюре	150	3,1	4,2	20,1	129,9
		Чай с лимоном	205	0,2	0,1	10,2	42,1
		Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,3	0,3	14,5	69,6
		Печенье	10	0,7	2,0	6,4	47,0
	ИТОГО	605	14,9	16,8	64,5	468,2	
	4	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	205	4,9	5,7	30,5	192,4
		Блинчики	64	2,3	3,8	15,7	108,2
		Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,4	92,0
		Батон нарезной	40	1,7	1,2	20,3	75,0
Пирожное		30	1,4	4,8	19,5	126,0	
ИТОГО		539	11,1	15,7	106,4	593,6	
5	Яблоко	135	0,6	0,0	9,9	59,4	
	Гуляш	50	6,1	14,7	1,9	161,1	
	Макароны отварные	150	7,1	3,9	32,8	187,8	
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,3	0,1	10,7	44,7	
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,9	0,2	12,1	58,0	
	Печенье	11	0,9	2,4	7,7	59,4	
ИТОГО	571	16,8	21,4	75,2	570,4		
Итого за 10 дней			6312	181,5	179,5	810,7	5568,4
Среднее за 10 дней			531,2	18,2	18,0	81,1	556,8
Среднесуточные нормы по СанПиНу				77,0	79,0	305,0	2350,0
				24%	23%	27%	24%

МАОУ СОШ №3

Директор школы: *Иванов*

Утверждаю: генеральный директор *Иванов*

Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания" для питания учащихся в общеобразовательных школах

02.2025

неделя	дни недели	Школ.обед 110+12,60 (с 12 лет) Гай при 1 раз.пит	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал	
1 неделя	1	Фрукты мытые поштучно	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
		Щи из свежей капусты и картофеля	250	1,8	4,6	8,5	82,1	
		Котлеты мясо-картофельные "по-хлыновски"	90	13,3	19,7	19,3	272,9	
		Макароны отварные	150	7,1	3,9	32,8	187,8	
		Компот из свежих замороженных ягод	180	0,3	0,1	8,4	65,4	
		Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,3	0,3	14,5	69,6	
		Хлеб ржано-пшеничный 1с	40	2,6	0,4	16,4	80,0	
		ИТОГО	840	27,8	29,4	99,8	802,2	
		2	Суп-лапша домашняя "Бабушкин"	250	4,8	5,8	13,2	123,0
			Бройлерный цыпленок запеченный с сухарях	100	20,7	19,4	3,7	269,8
	Рис с овощами		150	3,0	3,6	26,3	149,2	
	Сок фруктовый		180	0,9	0,2	18,2	77,9	
	Хлеб пшеничный из муки в/с		30	2,3	0,3	14,5	69,6	
	Хлеб ржано-пшеничный 1с		30	2,2	0,4	12,2	62,1	
	Пирожное		30	1,4	4,8	19,5	126,0	
	ИТОГО		770	35,2	34,4	107,5	877,6	
	3		Салат из белокочанной капусты	80	1,3	4,0	4,3	57,8
			Рассольник "Ленинградский"	250	2,2	4,8	15,4	112,8
		Запеканка картофельная с мясом и маслом	200	12,3	17,7	34,1	347,2	
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,7	84,4	
Хлеб пшеничный из муки в/с		30	2,3	0,3	14,5	69,6		
Хлеб ржано-пшеничный 1с		30	2,2	0,4	12,2	62,1		
Печенье		33	3,0	4,3	28,0	158,0		
ИТОГО		823	23,6	31,4	129,2	891,9		
4		Фрукты мытые поштучно	120	0,5	0,5	11,8	53,3	
		Суп картофельный с бобовыми и с гречками	270	11,4	3,8	44,8	258,4	
	Плов	225	15,6	25,0	44,2	462,0		
	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	16,9	69,3		
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,3	0,3	14,5	69,6		
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	2,2	0,4	12,2	62,1		
	ИТОГО	875	32,0	30,0	144,3	974,7		
	5	Икра из кабачков	60	1,1	4,2	4,2	64,0	
		Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	12,7	102,5	
		Гуляш	100	15,6	13,1	3,8	191,3	
Каша рассыпчатая гречневая		150	8,2	5,4	36,1	225,4		
Сок фруктовый		180	0,9	0,2	18,7	82,8		
Хлеб пшеничный из муки в/с		30	2,3	0,3	14,5	69,6		
Хлеб ржано-пшеничный 1с		30	2,2	0,4	12,2	62,1		
Печенье		20	1,4	4,0	12,8	94,0		
ИТОГО		820	33,5	32,4	115,0	881,8		
2 неделя		1	Фрукты мытые поштучно	120	0,5	0,5	11,8	53,3
	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей		270	7,3	5,7	19,0	156,1	
	Тефтели с соусом		100	8,9	14,5	11,9	217,4	
	Макароны отварные		180	8,2	4,7	39,4	225,3	
	Сок фруктовый		200	1,0	0,2	20,4	92,0	
	Хлеб пшеничный из муки в/с		30	2,3	0,3	14,5	69,6	
	Хлеб ржано-пшеничный 1с		20	1,3	0,2	8,2	40,0	
	ИТОГО		920	29,5	26,1	125,2	853,7	
	2		Салат из белокочанной капусты	100	1,5	5,0	9,2	88,4
			Щи из свежей капусты и картофеля	250	1,8	4,6	8,5	82,1
		Запеканка картофельная с мясом и маслом	200	12,3	17,7	34,1	347,2	
		Напиток лимонный	200	0,1	0,0	20,4	82,5	
		Хлеб пшеничный из муки в/с	40	3,0	0,4	19,4	92,8	
		Хлеб ржано-пшеничный 1с	40	2,6	0,4	16,4	80,0	
		ИТОГО	830	21,4	28,1	108,0	772,9	
		3	Икра из кабачков	60	1,1	4,2	4,2	64,0
			Борщ "Сибирский" с фрикадельками	265	6,3	6,0	15,2	140,6
			Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	183	22,7	20,3	40,5	449,0
	Чай с сахаром		200	0,1	0,0	12,0	48,6	
	Хлеб пшеничный из муки в/с		30	2,3	0,3	14,5	69,6	
Хлеб ржано-пшеничный 1с	20		1,3	0,2	8,2	40,0		
ИТОГО	758		33,9	31,0	94,6	811,8		
4	Фрукты мытые поштучно		100	0,4	0,4	9,8	44,4	
	Суп картофельный с бобовыми и с гречками		270	11,4	3,8	44,8	258,4	
	Бройлерный цыпленок тушеный в соусе		128	20,3	23,4	3,3	303,2	
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,2	5,4	36,1	225,4		
	Чай с лимоном	205	0,2	0,1	15,2	62,0		
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,3	0,3	14,5	69,6		
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,3	0,2	8,2	40,0		
	Пирожное	30	1,4	4,8	19,5	126,0		
	ИТОГО	933	45,5	38,3	151,3	1129,0		
	5	Яблоко	125	0,5	0,0	14,1	57,6	
Рассольник "Ленинградский"		250	2,2	4,8	15,4	112,8		
Плов		220	14,5	23,0	44,0	439,6		
Компот из свежих замороженных ягод		200	0,2	0,1	17,7	72,6		
Хлеб ржано-пшеничный 1с		30	2,2	0,4	12,2	62,1		
Хлеб пшеничный из муки в/с		35	2,7	0,3	16,9	81,2		
Вафли		25	1,6	7,8	14,4	125,0		
ИТОГО		885	23,8	36,4	134,8	950,9		
			8454	306	317	1210	8946	
			845,4	30,609	31,738	120,965	894,642	
				90,0	92,0	383,0	2720,0	
				34%	34%	32%	33%	