



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №



Меню для питания учащихся 1-4 классов (завтраки), 7-12 лет  
на 15 - 19 января 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
15/01	Яйцо варёное	300	1/40	16,00	5,1 / 4,6 / 0,3	63
	Макароны отварные , с сыром тёртым "Российский" (50%), с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	295	150/10/10	41,00	12,1 / 10,1 / 34,0	275
	Булочка "Плетёнка" с сахаром, с маком	550	60	25,00	3,8 / 3,4 / 23,2	139
	Чай с сахаром, с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	495	200	18,00	1,5 / 1,3 / 15,9	81
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>470</b>	<b>100,00</b>	<b>22,5 / 19,4 / 73,4</b>	<b>558</b>
16/01	Каша пшёная молочная (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	260	210/10	41,00	5,6 / 13,6 / 49,0	224
	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) , с повидлом яблочным	93	10/25/40	31,00	1,2 / 12,5 / 7,5	147
	Какао "Золотой ярлык"с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	496	200	28,00	3,4 / 2,7 / 17,0	79
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>495</b>	<b>100,00</b>	<b>10,2 / 28,8 / 73,5</b>	<b>450</b>
17/01	Котлета из говядины	412	70	59,00	9,5 / 7,5 / 6,5	132
	Каша рисовая рассыпчатая	414	150	24,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Чай с сахаром	493	200	11,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	45	6,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>465</b>	<b>100,00</b>	<b>16,1 / 15,3 / 60,4</b>	<b>415</b>
18/01	Каша молочная кукурузная (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	260	210/10	41,00	5,6 / 13,6 / 49,0	224
	Булочка с повидлом яблочным, с посыпкой	564	70	31,00	4,5 / 7,8 / 36,2	233
	Какао "Золотой ярлык"с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	496	200	28,00	3,4 / 2,7 / 17,0	79
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>490</b>	<b>100,00</b>	<b>13,5 / 24,1 / 102,2</b>	<b>536</b>
19/01	Биточек из говядины	406	70	59,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Макароны отварные	291	150	21,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Компот из сухофруктов	508	200	17,00	0,5 / 0,0 / 27,0	96
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>450</b>	<b>100,00</b>	<b>27,3 / 25,7 / 85,8</b>	<b>538</b>
<b>Всего:</b>			<b>2370</b>	<b>500,00</b>	<b>89,6 / 113,3 / 395,3</b>	<b>2497</b>

Директор: \_\_\_\_\_  
Калькулятор: *Саша*

Зав. производством: *Медер*  
Медработник: *Черня*



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.

Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №



**МЕНЮ**  
для питания учащихся ОВЗ  
15 - 19 января 2024 года.

Дата		Наименование блюд	К/калории	Выход	Цена
18/01	завтрак	Каша молочная кукурузная (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	224	210/10	41,00
		Булочка с повидлом яблочным, с посыпкой	233	70	31,00
		Какао "Золотой ярлык" с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	79	200	28,00
			<b>536</b>		<b>100,00</b>
	обед	Борщ со свежей капусты	135	200	18,00
		Фрикадельки мясные тушёные с соусом красным основным	170	1/50/25	45,00
		Каша рисовая рассыпчатая	163	100	13,00
		Чай с сахаром	60	200	10,00
		Хлеб пшеничный	60	30	3,00
			<b>588</b>		<b>89,00</b>
		<b>Итого: 189,00</b>	<b>1124</b>		<b>189,00</b>
19/01	завтрак	Биточек из говядины	180	70	59,00
		Макаронь отварные	202	150	21,00
		Компот из сухофруктов	96	200	17,00
		Хлеб пшеничный	60	30	3,00
			<b>538</b>		<b>100,00</b>
	обед	Свекольник, со сметаной 18%	97	200	18,00
		Голубцы "Ленивые" с соусом красным основным	125	70/25	44,00
		Пюре картофельное	169	100	13,00
		Чай с сахаром	60	200	10,00
		Хлеб пшеничный	60	30	4,00
		<b>511</b>		<b>89,00</b>	
		<b>Итого: 189,00</b>	<b>1049</b>		<b>189,00</b>
		<b>Всего:</b>	<b>2173</b>		<b>378,00</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав.производством:

Медработник:



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №

**МЕНЮ**  
для питания учащихся ОВЗ  
15 - 19 января 2024 года.

Дата		Наименование блюд	К/калории	Выход	Цена
15/01	завтрак	Яйцо варёное	63	1/40	16,00
		Макароны отварные , с сыром тёртым "Российский" (50%), с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	275	150/10/10	41,00
		Булочка "Плетёнка" с сахаром, с маком	139	60	25,00
		Чай с сахаром, с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	81	200	18,00
			<b>558</b>		<b>100,00</b>
	обед	Суп картофельный, с пшеном "В охотку"	97	200	16,00
		Котлета мясная	180	60	42,00
		Каша гречневая рассыпчатая	169	150	17,00
		Чай с сахаром	60	200	10,00
		Хлеб пшеничный	60	30	4,00
		<b>566</b>		<b>89,00</b>	
		<b>Итого: 189,00</b>	<b>1124</b>		<b>189,00</b>
16/01	завтрак	Каша пшённая молочная (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	224	210/10	41,00
		Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) , с повидлом яблочным	147	10/25/40	31,00
		Какао "Золотой ярлык" с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	79	200	28,00
			<b>450</b>		<b>100,00</b>
	обед	Щи со свежей капусты	135	200	18,00
		Биточек "По - Печорски"	180	60	42,00
		Макароны отварные	202	120	15,00
		Чай с сахаром	60	200	10,00
		Хлеб пшеничный	60	30	4,00
			<b>637</b>		<b>89,00</b>
		<b>Итого: 189,00</b>	<b>1087</b>		<b>189,00</b>
17/01	завтрак	Котлета из говядины	132	70	59,00
		Каша рисовая рассыпчатая	163	150	24,00
		Чай с сахаром	60	200	11,00
		Хлеб пшеничный	60	45	6,00
			<b>415</b>		<b>100,00</b>
	обед	Суп гороховый с гренками	86	200/10	14,00
		Тефтели "Ёжики" с соусом красным основным	170	60/50	49,00
		Пюре картофельное	169	100	13,00
		Чай с сахаром	60	200	10,00
		Хлеб пшеничный	60	30	3,00
		<b>545</b>		<b>89,00</b>	
		<b>Итого: 189,00</b>	<b>960</b>		<b>189,00</b>
		<b>Всего:</b>	<b>3171</b>		<b>567,00</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.

Индивидуальное меню для детей 3 "А" класса,  
нуждающихся в лечебном питании  
на 15 - 19 января 2024 года.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ № 3

Сахарный диабет

\* Исключить сахар, рис

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
15/01	Фрикадельки тушёные в соусе красном основном (без риса)	392	2/25/50	50,00	11,0 / 11,7 / 7,8	180
	Пюре картофельное	429	150	24,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Компот из ягод брусники свежей (без сахара)	507	200	20,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
	Хлеб пшеничный	110	40	6,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>490</b>	<b>100,00</b>	<b>17,0 / 17,2 / 63,4</b>	<b>519</b>
16/01	Каша пшённая молочная (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) (без сахара)	260	210/10	40,00	5,6 / 13,6 / 49,0	224
	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%), с сыром твёрдым "Российский" (45%)	94	30/10/40	55,00	1,2 / 12,5 / 7,5	147
	Чай без сахара	493	200	5,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>500</b>	<b>100,00</b>	<b>6,9 / 26,1 / 71,5</b>	<b>431</b>
17/01	Грудка куриная тушёная в молочном соусе	405	55/25	57,00	13,6 / 13,5 / 4,1	192
	Каша гречневая рассыпчатая	237	150	21,00	9,5 / 8,7 / 30,7	169
	Компот из вишни свежемороженой (без сахара)	507	200	20,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
	Хлеб пшеничный	110	40	2,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>470</b>	<b>100,00</b>	<b>27,0 / 23,2 / 78,8</b>	<b>531</b>
18/01	Каша молочная кукурузная (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) (без сахара)	260	210/10	40,00	5,6 / 13,6 / 49,0	224
	Бутерброд с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%), с сыром твёрдым "Российский" (45%)	94	20/10/30	43,00	1,2 / 12,5 / 7,5	147
	Чай с молоком ультрапастеризованным (3,2%) (без сахара)	495	200	17,00	1,5 / 1,3 / 15,9	81
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>480</b>	<b>100,00</b>	<b>8,3 / 27,4 / 72,4</b>	<b>452</b>
19/01	Котлета "Московская"	412	60	54,00	9,5 / 7,5 / 6,5	132
	Пюре картофельное	429	150	24,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Компот из черноплодной рябины (без сахара)	508	200	19,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>440</b>	<b>100,00</b>	<b>15,5 / 13,0 / 62,1</b>	<b>471</b>
<b>Всего:</b>			<b>2380</b>	<b>500,00</b>	<b>74,7 / 106,9 / 348,2</b>	<b>2404</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №

Меню для питания учащихся из семей, признанных малоимущими  
на 15 - 19 января 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецеп туры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Угле воды	К/калории
15/01	Суп картофельный, с пшеном "В охотку"	155	200	16,00	1,6 / 4,2 / 13,0	97
	Котлета мясная	381	60	42,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Каша гречневая рассыпчатая	237	150	17,00	9,5 / 8,7 / 30,7	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>640</b>	<b>89,00</b>	<b>32,4 / 31,4 / 90,0</b>	<b>566</b>
16/01	Щи со свежей капусты	142	200	18,00	1,4 / 4,0 / 6,2	135
	Биточек "По - Печорски"	406	60	42,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Макароны отварные	291	120	15,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>610</b>	<b>89,00</b>	<b>28,3 / 29,7 / 80,0</b>	<b>637</b>
17/01	Суп гороховый с гречками	144	200/10	14,00	1,8 / 3,4 / 12,1	86
	Тефтели "Ежики" с соусом красным основным	390	60/50	49,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Пюре картофельное	429	100	13,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>650</b>	<b>89,00</b>	<b>17,7 / 19,6 / 63,7</b>	<b>545</b>
18/01	Борщ со свежей капусты	128	200	18,00	3,0 / 4,5 / 8,5	135
	Фрикадельки мясные тушёные с соусом красным основным	390	1/50/25	45,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Каша рисовая рассыпчатая	414	100	13,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>605</b>	<b>89,00</b>	<b>19,9 / 23,0 / 70,4</b>	<b>588</b>
19/01	Свекольник, со сметаной 18%	131	200	18,00	2,2 / 4,5 / 12,0	97
	Голубцы "Ленивые" с соусом красным основным	372	70/25	44,00	8,5 / 8,3 / 4,0	125
	Пюре картофельное	429	100	13,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>625</b>	<b>89,00</b>	<b>16,3 / 18,3 / 59,6</b>	<b>511</b>
<b>Всего:</b>			<b>3130</b>	<b>445,00</b>	<b>114,6 122,0 363,7</b>	<b>2847</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.

Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №



Меню для питания учащихся из семей мобилизованных  
на 15 - 19 января 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
15/01	Суп картофельный, с пшеном "В охотку"	155	200	16,00	1,6 / 4,2 / 13,0	97
	Котлета мясная	381	60	42,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Каша гречневая рассыпчатая	237	150	17,00	9,5 / 8,7 / 30,7	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>640</b>	<b>89,00</b>	<b>32,4 / 31,4 / 90,0</b>	<b>566</b>
16/01	Щи со свежей капусты	142	200	18,00	1,4 / 4,0 / 6,2	135
	Биточек "По - Печорски"	406	60	42,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Макароны отварные	291	120	15,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>610</b>	<b>89,00</b>	<b>28,3 / 29,7 / 80,0</b>	<b>637</b>
17/01	Суп гороховый с гренками	144	200/10	14,00	1,8 / 3,4 / 12,1	86
	Тефтели "Ёжики" с соусом красным основным	390	60/50	49,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Пюре картофельное	429	100	13,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>650</b>	<b>89,00</b>	<b>17,7 / 19,6 / 63,7</b>	<b>545</b>
18/01	Борщ со свежей капусты	128	200	18,00	3,0 / 4,5 / 8,5	135
	Фрикадельки мясные тушёные с соусом красным основным	390	1/50/25	45,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Каша рисовая рассыпчатая	414	100	13,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>605</b>	<b>89,00</b>	<b>19,9 / 23,0 / 70,4</b>	<b>588</b>
19/01	Свекольник, со сметаной 18%	131	200	18,00	2,2 / 4,5 / 12,0	97
	Голубцы "Ленивые" с соусом красным основным	372	70/25	44,00	8,5 / 8,3 / 4,0	125
	Пюре картофельное	429	100	13,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>625</b>	<b>89,00</b>	<b>16,3 / 18,3 / 59,6</b>	<b>511</b>
	<b>Всего:</b>		<b>3130</b>	<b>445,00</b>	<b>114,6 122,0 363,7</b>	<b>2847</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав.производством:

Медработник:

## МЕНЮ

для питания детей-сирот  
ГУ РК "Детский дом № 17" г. Печоры  
на 15 - 19 января 2024 года.  
Утверждаю директор школы:



Дата	Наименование блюд	К/калории	Выход	Цена
15/01	Булка "Листик" со сгущённым варёным молоком	233	80	27,00
	Компот из свежей брусники	96	200	23,00
		<b>329</b>		<b>50,00</b>
16/01	Ватрушка с повидлом яблочным и с брусникой свежей	233	90	32,00
	Компот из яблок свежих	96	200	18,00
		<b>329</b>		<b>50,00</b>
17/01	Сосиска в тесте	264	50/50	32,00
	Компот из ягод свежемороженых "Ассорти"	96	200	18,00
		<b>360</b>		<b>50,00</b>
18/01	Пицца "Классическая"	259	90	33,00
	Компот из сухофруктов	96	200	17,00
		<b>355</b>		<b>50,00</b>
19/01	Колбаса куриная запечённая в тесте	389	35/70	39,00
	Чай с сахаром	58	200	11,00
		<b>447</b>		<b>50,00</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1820</b>		<b>250,00</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:

Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.

Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №

Меню для абонментного питания за счет родительских взносов (завтраки)  
на 15 - 19 января 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Угл еводы	К/калории
15/01	Биточек "По - Печорски"	406	70	58,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Макароны отварные	291	100	12,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Плетёнка домашняя с сахаром	550	50	16,00	3,8 / 3,4 / 23,2	139
	Чай с сахаром	507	200	10,00	0,5 / 0,2 / 23,1	96
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>450</b>	<b>100,00</b>	<b>31,1 / 29,3 / 105,1</b>	<b>677</b>
16/01	Тефтели мясные с соусом красным основным	392	60/50	49,00	11,0 / 11,7 / 7,8	180
	Пюре картофельное	429	100	14,00	2,1 / 4,4 / 10,9	169
	Булка "Листик" со сгущённым варёным молоком	564	70	24,00	4,5 / 7,8 / 36,2	233
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>510</b>	<b>100,00</b>	<b>21,1 / 24,9 / 86,9</b>	<b>702</b>
17/01	Котлета "Московская"	381	60	42,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Каша рисовая рассыпчатая	414	100	13,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Оладьи с о сгущенным варёным молоком	537	2/45/35	31,00	11,9 / 12,2 / 71,8	445
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>515</b>	<b>100,00</b>	<b>36,3 / 37,5 / 140,0</b>	<b>908</b>
18/01	Фрикадельки рисовые из говядины, тушёные с соусом красным основным	390	2/30/25	47,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Пюре картофельное	429	100	14,00	2,1 / 4,4 / 10,9	169
	Пирожок с повидлом яблочным	564	60	26,00	4,5 / 7,8 / 36,2	233
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,5 / 0,2 / 23,1	96
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>475</b>	<b>100,00</b>	<b>20,8 / 24,1 / 95,2</b>	<b>728</b>
19/01	Плов из окорочков куриных	370	50/130	55,00	18,9 / 18,6 / 49,2	396
	Сосиска запечёная в тесте	548	50/50	32,00	10,3 / 11,3 / 14,0	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>510</b>	<b>100,00</b>	<b>32,7 / 30,9 / 95,2</b>	<b>685</b>
<b>Всего:</b>			<b>2460</b>	<b>500,00</b>	<b>142,0 / 146,7 / 522,4</b>	<b>3700</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник: