

Согласовано

И.О. директора

МБОУ СОШ №6

/О.Е.Сергеева/

# МЕНЮ

20 мая 2025 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур                                  | № техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>ккал |
|----------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|-----------------------------------------|
|                                                                |                  |                                             |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                         |
| 5-11( Классы Завтрак ОВЗ)                                      |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                         |
| 2015                                                           | 8/4              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/10 | 25,60         | 6,9               | 8       | 49,8             | 299                                     |
| 2015                                                           | 14/10            | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200    | 3,14          | 0,4               |         | 10,5             | 44                                      |
| 2015                                                           |                  | ФРУКТ                                       | 180    | 41,47         | 1,6               | 0,4     | 14,2             | 75                                      |
| 2015                                                           |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                              | 50     | 3,79          | 3,7               | 1,5     | 24,9             | 127                                     |
| Итого                                                          |                  |                                             |        | 74,00         | 12,6              | 9,9     | 99,4             | 545                                     |
| 5-11 (Классы обед ОВЗ)                                         |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                         |
| 2015                                                           | 1/1              | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ         | 100    | 11,80         | 3                 | 0,2     | 6,3              | 39                                      |
| 2015                                                           | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 250/10 | 18,70         | 2,9               | 6,9     | 15,2             | 137                                     |
| 2003                                                           | 59               | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ<br>МОЛОЧНЫМ     | 100/30 | 59,67         | 23                | 26,8    | 13,7             | 388                                     |
| 2015                                                           | 57/3             | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 180    | 10,81         | 6,5               | 5,7     | 41,8             | 244                                     |
| 1994                                                           | 585              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                    | 200    | 7,11          | 0,2               | 0,2     | 18,9             | 79                                      |
| 2015                                                           |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 3,91          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                     |
| Итого                                                          |                  |                                             |        | 112,00        | 39,3              | 40,1    | 120,2            | 1002                                    |
| 5-11 (Классы Завтрак родительская плата)                       |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                         |
| 2015                                                           | 8/4              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/10 | 25,60         | 6,9               | 8       | 49,8             | 299                                     |
| 2015                                                           | 14/10            | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200    | 3,14          | 0,4               |         | 10,5             | 44                                      |
| 2015                                                           |                  | ФРУКТ                                       | 180    | 41,47         | 0,7               | 0,7     | 17,1             | 82                                      |
| 2015                                                           |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                              | 30     | 3,79          | 2,2               | 0,9     | 14,9             | 76                                      |
| Итого                                                          |                  |                                             |        | 74,00         | 10,2              | 9,6     | 92,3             | 501                                     |
| 5-11 (Классы обед льготники )                                  |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                         |
| 2015                                                           | 1/1              | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ         | 100    | 11,80         | 3                 | 0,2     | 6,3              | 39                                      |
| 2015                                                           | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 250/10 | 18,70         | 2,9               | 6,9     | 15,2             | 137                                     |
| 2003                                                           | 59               | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ<br>МОЛОЧНЫМ     | 100/30 | 59,67         | 23                | 26,8    | 13,7             | 388                                     |
| 2015                                                           | 57/3             | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 180    | 10,81         | 6,5               | 5,7     | 41,8             | 244                                     |
| 2004                                                           | 585              | КОМПОТ ИЗ СВ.ФРУКТОВ                        | 200    | 7,11          | 0,2               | 0,2     | 14               | 59                                      |
| 2015                                                           |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 3,91          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                     |
| Итого                                                          |                  |                                             |        | 112,00        | 39,3              | 40,1    | 115,3            | 982                                     |
| 1-4 (Классы обед Бесплатное питание)                           |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                         |
| 2015                                                           | 1/1              | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ         | 60     | 7,08          | 1,8               | 0,1     | 3,8              | 23                                      |
| 2015                                                           | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 200/10 | 13,94         | 2,4               | 5,9     | 12,4             | 113                                     |
| 2003                                                           | 59               | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ<br>МОЛОЧНЫМ     | 90/30  | 53,26         | 20,5              | 25      | 11,6             | 352                                     |
| 2008                                                           | 331              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 150    | 8,70          | 5,5               | 4,8     | 31,3             | 191                                     |
| 1994                                                           | 585              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                    | 200    | 7,11          | 0,2               | 0,2     | 18,9             | 79                                      |
| 2015                                                           |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 3,91          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                     |
| Итого                                                          |                  |                                             |        | 94,00         | 34,1              | 36,3    | 102,3            | 873                                     |
| 1-4 (Классы завтрак для детей с ограниченными возможностями)   |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                         |
| 2015                                                           | 8/4              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5  | 23,05         | 6,2               | 7,6     | 45,4             | 275                                     |
| 2015                                                           | 14/10            | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200    | 3,14          | 0,4               |         | 10,5             | 44                                      |
| 2015                                                           |                  | ФРУКТ                                       | 180    | 33,02         | 1,6               | 0,4     | 14,2             | 75                                      |
| 2015                                                           |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                              | 50     | 3,79          | 3,7               | 1,5     | 24,9             | 127                                     |
| Итого                                                          |                  |                                             |        | 63,00         | 11,9              | 9,5     | 95               | 521                                     |
| 1-4 (Классы Обед для детей с обед ограниченными возможностями) |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                         |
| 2015                                                           | 1/1              | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ         | 60     | 7,08          | 1,8               | 0,1     | 3,8              | 23                                      |
| 2015                                                           | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 200/10 | 13,94         | 2,4               | 5,9     | 12,4             | 113                                     |
| 2003                                                           | 59               | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ<br>МОЛОЧНЫМ     | 90/30  | 53,26         | 20,5              | 25      | 11,6             | 352                                     |
| 2008                                                           | 331              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 150    | 8,70          | 5,5               | 4,8     | 31,3             | 191                                     |
| 1994                                                           | 585              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                    | 200    | 7,11          | 0,2               | 0,2     | 18,9             | 79                                      |
| 2015                                                           |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 3,91          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                     |
| Итого                                                          |                  |                                             |        | 94,00         | 34,1              | 36,3    | 102,3            | 873                                     |

| 1-4 (классы завтрак родительская оплата)         |       |                                                |        |        |      |      |       |     |
|--------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------|--------|--------|------|------|-------|-----|
| 2015                                             | 8/4   | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ       | 200/5  | 23,05  | 6,2  | 7,6  | 45,4  | 275 |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                          | 180    | 33,02  | 2,6  | 0,9  | 36,7  | 168 |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                 | 50     | 3,79   | 3,7  | 1,5  | 24,9  | 127 |
| Итого                                            |       |                                                |        | 63,00  | 12,9 | 10   | 117,5 | 614 |
| 5-11 (Классы обед родительская оплата 1 вариант) |       |                                                |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 1/1   | ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ                | 100    | 11,80  | 3    | 0,2  | 6,3   | 39  |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ                | 250/10 | 18,70  | 2,9  | 6,9  | 15,2  | 137 |
| 2003                                             | 59    | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ           | 100/30 | 59,67  | 23   | 26,8 | 13,7  | 388 |
| 2015                                             | 57/3  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 180    | 10,81  | 6,5  | 5,7  | 41,8  | 244 |
| 2004                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВ.ФРУКТОВ                           | 200    | 7,11   | 0,2  | 0,2  | 14    | 59  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                   | 50     | 3,91   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                |        | 112,00 | 39,3 | 40,1 | 115,3 | 982 |
| 5-11 (Классы обед родительская оплата 2 вариант) |       |                                                |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 28-1. | ОТВАРНАЯ СВЕКЛА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ          | 100    | 12,58  | 1,5  | 7,9  | 8,3   | 110 |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ                | 250/10 | 18,70  | 2,8  | 7,1  | 14,7  | 135 |
| 2008                                             | 319   | БИТОЧКИ "ДИЕТИЧЕСКИЕ" (мясо, капуста, морковь) | 100    | 55,50  | 6,2  | 7,4  | 2     | 99  |
| 2015                                             | 60/3  | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ                                | 180    | 13,78  | 7,1  | 7,6  | 32,1  | 225 |
| 1994                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                       | 200    | 7,11   | 0,2  | 0,2  | 18,9  | 79  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ                         | 30/20  | 4,33   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                |        | 112,00 | 21,5 | 30,5 | 100,3 | 763 |
| 5-11 (классы завтрак без лактозы)                |       |                                                |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 8/4   | КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ  | 250/10 | 25,60  | 3,8  | 5,5  | 44,8  | 243 |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                          | 180    | 41,47  | 1,6  | 0,4  | 14,2  | 75  |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                 | 50     | 3,79   | 3,7  | 1,5  | 24,9  | 127 |
| Итого                                            |       |                                                |        | 74,00  | 9,5  | 7,4  | 94,4  | 489 |
| 5-11 (классы обед без лактозы)                   |       |                                                |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 1/1   | ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ                | 100    | 11,80  | 3    | 0,2  | 6,3   | 39  |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ                            | 250    | 18,50  | 2,6  | 5    | 14,9  | 117 |
| 2003                                             | 59    | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ"                             | 100    | 59,87  | 22,4 | 24,5 | 12,7  | 361 |
| 2015                                             | 57/3  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 180    | 10,81  | 6,5  | 6,6  | 41,8  | 253 |
| 2004                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВ.ФРУКТОВ                           | 200    | 7,11   | 0,2  | 0,2  | 14    | 59  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                   | 50     | 3,91   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                |        | 112,00 | 38,4 | 36,8 | 114   | 944 |
| 1-4 (классы завтрак без лактозы)                 |       |                                                |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 8/4   | КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ  | 200/5  | 21,05  | 3,4  | 5,4  | 40,8  | 225 |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                          | 180    | 35,02  | 1,6  | 0,4  | 14,2  | 75  |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                 | 50     | 3,79   | 3,7  | 1,5  | 24,9  | 127 |
| Итого                                            |       |                                                |        | 63,00  | 9,1  | 7,3  | 90,4  | 471 |
| 1-4 (классы обед без лактозы)                    |       |                                                |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 1/1   | ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ                | 60     | 11,80  | 1,8  | 0,1  | 3,8   | 23  |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ                            | 200/10 | 13,94  | 2,1  | 4    | 12,1  | 93  |
| 2003                                             | 59    | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ"                             | 90     | 48,54  | 20,1 | 23,3 | 10,9  | 333 |
| 2008                                             | 331   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 150    | 8,70   | 5,4  | 5,6  | 34,9  | 211 |
| 1994                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                       | 200    | 7,11   | 0,2  | 0,2  | 18,9  | 79  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                   | 50     | 3,91   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                |        | 94,00  | 33,3 | 33,5 | 104,9 | 854 |

Зав. производством

А.В.Елькина