

Согласовано:

Директор
МАОУ "СОШ №6 с углублённым изучением отечественной и зарубежной истории"
Е.А. Саламатова

МЕНЮ

18 декабря 2025 г.

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
5-11(Классы Завтрак ОВЗ)								
2015	5/4	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	250/5	25,26	6,8	6,8	37	236
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/15	47,42	15,5	10,8	21,1	247
2015	14/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,14	0,4		10,5	44
2015		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	7,18	3,7	1,5	24,9	127
Итого				83,00	26,4	19,1	93,5	654
5-11 (Классы обед ОВЗ)								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	13,34	1,1	0,2	3,7	23
2015	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ	250/25	22,15	7,9	9,9	23,6	214
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	56,76	13,7	11	11,6	199
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	23,13	3,8	6,2	28,4	177
2004	648	КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ	200	5,60			28,2	113
2015		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ	50	5,02	3,7	0,3	24,3	115
Итого				126,00	30,2	27,6	119,8	841
5-11 (Классы Завтрак родительская плата)								
2015	5/4	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	250/5	25,26	6,8	6,8	37	236
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/15	47,42	15,5	10,8	21,1	247
2015	14/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,14	0,4		10,5	44
2015		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	7,18	3,7	1,5	24,9	127
Итого				83,00	26,4	19,1	93,5	654
5-11 (Классы обед льготники)								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	13,34	1,1	0,2	3,7	23
2015	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ	250/25	22,15	7,9	9,9	23,6	214
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	56,76	13,7	11	11,6	199
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	23,13	3,8	6,2	28,4	177
2004	648	КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ	200	5,60			28,2	113
2015		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ	50	5,02	3,7	0,3	24,3	115
Итого				126,00	30,2	27,6	119,8	841
1-4 (Классы обед Бесплатное питание)								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	8,00	0,6	0,1	2,2	14
2015	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ	200/25	20,34	7,2	8,8	18,9	183
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	47,77	12,3	9,8	10,4	179
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	19,27	5,9	7	26,8	194
2004	648	КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ	200	5,60			28,2	113
2015		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ	50	5,02	3,7	0,3	24,3	115
Итого				106,00	29,7	26	110,8	798
1-4 (Классы завтрак для детей с ограниченными возможностями)								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	20,08	5,7	7,9	28,9	208
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/15	40,60	13,3	9	19,1	214
2015	14/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,14	0,4		10,5	44
2015		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	7,18	3,7	1,5	24,9	127
Итого				71,00	23,1	18,4	83,4	593
1-4 (Классы Обед для детей с обед ограниченными возможностями)								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	8,00	0,6	0,1	2,2	14
2015	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ	200/25	20,34	7,2	8,8	18,9	183
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	47,77	12,3	9,8	10,4	179
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	19,27	3,2	5,1	22	147
2004	648	КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ	200	5,60			28,2	113
2015		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ	50	5,02	3,7	0,3	24,3	115
Итого				106,00	27	24,1	106	751

1-4 (классы завтрак родительская оплата)							
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	20,08	5,7	7,9	28,9 208
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/15	40,60	13,3	9	19,1 214
2015	14/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,14	0,4		10,5 44
2015		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	7,18	3,7	1,5	24,9 127
Итого				71,00	23,1	18,4	83,4 393
5-11 (Классы обед родительская оплата)							
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	13,34	1,1	0,2	3,7 23
2015	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ	250/25	22,15	7,9	9,9	23,6 214
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	56,76	13,7	11	11,6 199
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	23,13	3,8	6,2	28,4 177
2004	648	КИСЕЛЬП/ЯГОДНЫЙ	200	5,60			28,2 113
2015		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ	50	5,02	3,7	0,3	24,3 115
Итого				126,00	30,2	27,6	119,8 341
1-4 классы родительская оплата полдник							
2015	14/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,14	0,4		10,5 44
2011	442	БУЛОЧКА "К ЧАО"	100	31,86	7,7	3,8	49,6 263
Итого				35,00	8,1	3,8	60,1 307
5-11 (классы завтрак без лактозы)							
2015	5/4	КАША МАННАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	250/5	22,19	4	5,3	32,3 191
2015		ФРУКТ	180	50,49	0,7	0,7	17,1 82
2015	14/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,14	0,4		10,5 44
2015		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	7,18	3,7	1,5	24,9 127
Итого				83,00	8,8	7,5	84,8 444
5-11 (классы обед без лактозы)							
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	13,34	1,1	0,2	3,7 23
2015	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ	250/25	22,15	7,9	9,9	23,6 214
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	56,76	12,8	10,2	10,1 183
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	23,13	3,8	6,2	28,4 177
2004	648	КИСЕЛЬП/ЯГОДНЫЙ	200	5,60			28,2 113
2015		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ	50	5,02	3,7	0,3	24,3 115
Итого				126,00	29,3	26,8	118,3 825
1-4 (классы завтрак без лактозы)							
2008	189	КАША МАННАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	200/5	18,95	3	5,2	24,2 154
2015		ФРУКТ	180	53,73	0,7	0,7	17,1 82
2015	14/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,14	0,4		10,5 44
2015		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	7,18	3,7	1,5	24,9 127
Итого				83,00	7,8	7,4	76,7 407
1-4 (классы обед без лактозы)							
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	8,00	0,6	0,1	2,2 14
2015	18/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ	200/25	20,34	7,2	8,8	18,9 183
2011	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90	47,77	11,5	9,1	9,1 164
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	19,27	5,9	7	26,8 194
2004	648	КИСЕЛЬП/ЯГОДНЫЙ	200	5,60			28,2 113
2015		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ	50	5,02	3,7	0,3	24,3 115
Итого				106,00	28,9	25,3	109,5 783

Зав. производством

А.В.Елькина