

возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
1-й день		
ЗАВТРАК		
236/21	Каша рисовая молочная жидкая	205
54-13/22	сыр твёрдых сортов в нарезке	20
54-2гн/22	чай с сахаром	200
Пром.пр.	Кондитерские изд. (Печенье)	25
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
82 /21	Фрукты свежие (апельсин)	105
ОБЕД		
70 / 17	Овощи натуральные солёные (огурец)	60
113 /21	Суп картофельный с бобовыми	200
373/21	Котлеты "Нежные"	90
143/17	Рагу из овощей	150
501/21	Сок фруктовый (персиковый)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
ПОЛДНИК		
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200
ТТК /3/17	Бутерброд с сыром	10 / 30
82 / 21	Фрукты свежие (банан)	140

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
2 - й день		
ЗАВТРАК		
223/17	Запеканка из творога / и джем	135 / 25
54-4гн/22	Чай с молоком и сахаром	200
14 / 17	масло (порциями)	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
338 /17	Плоды свежие (яблоко)	100
ОБЕД		
150/21	Икра кабачковая (пром. производства)	60
98 /21	Свекольник	200
359 /21	Печень, тушёная в соусе сметанном	100
392/21	Картофель отварной и овощи отварные	75/75
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
ПОЛДНИК		
54-46гн/22	Чай с яблоком и сахаром	200
276/17	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	98/20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20

3 - й день		
ЗАВТРАК		
25 / 21	Салат из моркови с зелёным горошком	60
239/ 17	Тефтели рыбные	90 / 20
398/ 21	Пюре картофельное и	150 /25
384	Пюре из овощей по- московски	
501 /21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
ОБЕД		
53 / 21	Икра свекольная	60
93 /21	Борщ из свежей капусты	200
54-2м/ 22	Гуляш из говядины	50 / 50
303/17	каша вязкая (ячневая)	150
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
82 / 21	Фрукты свежие (банан)	100
ПОЛДНИК		
470 / 21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200
152/17	Котлеты морковные с	100 /25
337/17	творогом и / соус яблочный	
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	20

4- й день		
ЗАВТРАК		
56 /17	Салат овощной с яблоками	60
265 / 17	Плов	45 /155
494 /21	Компот из плодов или ягод сушёных	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
ОБЕД		
54-27з/22	Морковь отварная дольками	60
ТТК/115 /21	Суп картофельный с клёцками	200
341 / 21	Котлеты "Пермские"	90
127 /17	Картофель в молоке	150
501 /21	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
338 /17	Плоды свежие (яблоко)	120
ПОЛДНИК		
54-3гн/22	чай с лимоном и сахаром	200
301 / 21	Рыба, запечённая с яйцом	90
Пром.пр.	Кондитерские изд. (Печенье)	15
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20

КОМПАНОВКА 10- ТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

возрастная категория: 7-11 лет

1 - я неделя

ЗИМА - ВЕСНА 2025 -2026 г.г.

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
5 - й день		
ЗАВТРАК		
54-283/22	Свекла отварная дольками	60
235/17	Шницель рыбный натуральный	90
181/21	Картофель запечённый в сметанном соусе	180
ТТК/485/21	Кисель из сока плодового или ягодного	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
ОБЕД		
158/21	Кукуруза с яйцом и луком	60
126 / 21	Суп с крупой и фрикадельками	200
204/17	Макароны отварные с сыром	150
286/21	Сырники из творога запечённые	120
502/21	Какао с молоком и витаминами	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
82 /21	Фрукты свежие (апельсин)	105
ПОЛДНИК		
470 / 21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200
150/17	Зразы картофельные / и соус молочный	90/20
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	20

Возрастная категория: 7 - 11 лет

2 - я неделя

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
6- й день		
ЗАВТРАК		
54-203/22	Горошек зелёный (консервированный)	60
210 / 17	Омлет натуральный и / Бигус	120 /80
54-23гн/22	Кофейный напиток с молоком	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
338 /17	Плоды свежие (яблоко)	100
ОБЕД		
47 / 17	Салат из квашеной капусты	60
ТТК/129/21	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200
234/17	Биточки рыбные	90
180/ 21	Рагу из овощей с кашей	180
501 /21	Сок фруктовый (абрикосовый)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
ПОЛДНИК		
494 /21	Компот из плодов или ягод сушёных	200
187/21	Котлеты из овощей	105
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	20

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
7 - й день		
ЗАВТРАК		
1 / 21	Салат из капусты белокачанной	60
259/17	Жаркое по - домашнему	45/155
495 /21	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
ОБЕД		
21/21	Салат из моркови	60
103 /21	Щи из свежей капусты	200
291/17	Плов из птицы	60/130
460 /21	Чай с молоком	200
Пром.пр.	Кондитерские изд. (Печенье)	30
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
82 / 21	Фрукты свежие (банан)	100
ПОЛДНИК		
470 / 21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200
149 / 17	Котлеты картофельные с творогом и / соус молочный	100/20
327/17	Пром.пр.	
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	20

КОМПАНОВКА 10- ТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

1 - я неделя

ЗИМА - ВЕСНА 2025 -2026 г.г.

возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
8-й день		
ЗАВТРАК		
230/21	Каша манная молочная жидкая	205
14 / 17	Масло (порциями)	10
502 / 21	Какао с молоком и витаминами	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
82 /21	Фрукты свежие (апельсин)	100
ОБЕД		
54-13з/22	Салат из свеклы отварной	60
54-25с/22	Суп гороховый	200
288/21	Тефтели. Белип	105
175 /21	Овощи в молочном соусе	150
ТТК/359/17	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
ПОЛДНИК		
501 /21	Сок фруктовый (яблочный)	200
347/21	Котлета школьная и /соус молочный	80 / 20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
9-й день		
ЗАВТРАК		
150/21	Икра кабачковая (пром. производства)	60
256 /21	макаронные изделия	110/40
136/17	отварные и /овощи припущенные	
255 / 17	Печень по-строгановски	100
54-3гн/22	чай с лимоном и сахаром	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	37
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20
ОБЕД		
54 / 21	Икра морковная	60
116 /21	Суп из овощей	200
271/17	Котлеты домашние	90
276/21	Омлет с отварным картофелем	180
54-1хн/22	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
338 /17	Плоды свежие (яблоко)	120
ПОЛДНИК		
470 / 21	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200
193/17	Биточек рисовый с морковью / и соус молочный	100 / 20
Пром.пр.	Хлеб пш. (батон)	17

10-й день		
ЗАВТРАК		
54-15з/22	Икра свекольная	60
289/17	Рагу с птицей	200
501/21	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
ОБЕД		
158/21	Кукуруза с яйцом и луком	60
95 / 21	Борщ с капустой и картофелем	200
306/21	Суфле из рыбы и творога	100
303/17	Каша вязкая (пшёная)	150
465 / 21	Кофейный напиток с молоком	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30
82 / 21	Фрукты свежие (банан)	100
ПОЛДНИК		
ТТК/54-20гн/22	Чай с яблоком и апельсином	200
ТТК/357/21	Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный	80 /20
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20