

0

ГКОУ "Виттская
школа №1"
Директор
М.В. Зубов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ	250	9,1	11,9	30,8	228,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,2	0,0	15,0	58,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Итого за прием пищи:	624	24,6	26,9	94,9	679,3
Обед					
ЗАКУСКА ОВОЩНАЯ	100	1,8	4,2	20,5	116,8
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	6,2	9,4	15,0	107,0
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,8	31,5	37,2	471,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,0	20,4	84,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	870	38,4	46,0	146,2	1 032,8
Итого за день:		63,0	72,9	241,1	1 712,1

Ответственное лицо

Директор КООП. Витская
Ирина Викторовна
19.09.2018

Утверждаю
[Подпись]
[Печать]

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

2 Вариант		Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ЯЧНЕВАЯ	250	9,1	11,9	30,8	228,0	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	15,0	58,0	
	БАТОН	60	4,6	1,8	30,1	155,4	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
	Итого за прием пищи:	760	19,4	19,6	112,0	682,5	
Обед							
	СВЕКЛА С МАСЛОМ	100	1,5	7,0	8,2	100,5	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,4	5,3	15,7	121,0	
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	200	23,7	36,0	44,7	502,3	
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,4	0,1	21,5	88,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
	Итого за прием пищи:	870	36,2	49,3	143,2	1 065,6	
	Всего за день:		55,6	68,9	255,2	1 748,1	

Ответственное лицо _____

Директор ГКОУ
"Восточная школа №1"
И.В. Шаменко

16.09.2016

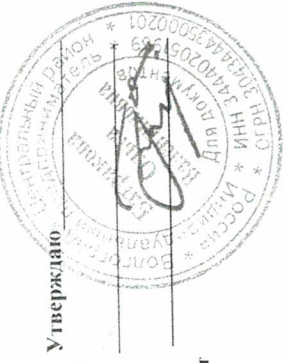
Утверждаю

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

3 Вариант		Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			250	13,1	13,3	47,2	334,2
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ			40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ			200	0,3	0,1	10,2	43,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ			550	18,1	20,7	108,5	654,5
Итого за прием пищи:							
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ			100	0,8	0,1	1,7	12,7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ			250	1,5	11,0	10,5	147,6
КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ			100	14,5	16,2	16,0	258,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ			180	6,0	5,2	27,4	173,0
СОК ФРУКТОВЫЙ (мультифруктовый)			180	0,5	0,0	28,8	118,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ			70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:			930	31,5	33,4	137,5	963,7
Всего за день:				49,5	54,1	246,0	1 618,1
Ответственное лицо							

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Директор ГКОУ
"Военская школа №1"
Иваненко

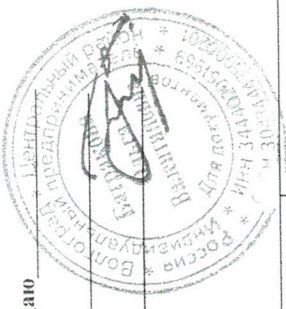


Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

Пример пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
4 Вариант						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С ТВОРОГОМ БУТЕРБРОД С МАСЛОМ ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ Итого за прием пищи:	250	9,3	9,5	35,8	272,6	
	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	
	200	0,2	0,0	15,0	58,0	
	70	5,1	0,4	34,0	160,8	
	560	16,9	17,4	99,5	626,4	
Обед						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ Итого за прием пищи: Всего за день:	100	1,1	0,1	8,5	40,7	
	250	5,5	5,7	19,1	163,0	
	100/30	17,9	21,0	19,3	323,4	
	180	7,4	8,9	32,5	175,5	
	200	0,4	0,0	20,4	84,0	
	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
	980	40,5	36,6	152,9	1 039,9	
	57,3	54,0	252,4	1 666,3		

Ответственное лицо _____

Директор ГКОУ
"Волжская школа №1"
18.04.2006
18.04.2006



Утверждаю

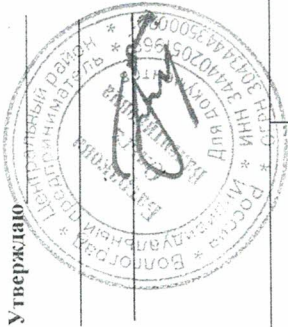
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

5 Вариант		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ)			100	1,9	9,2	8,0	123,2	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ			200	20,4	25,2	34,0	332,5	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ			30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	
КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ			200	4,6	4,2	17,6	120,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:			580	32,2	46,3	93,8	802,6	
Обед								
ЗАКУСКА ОВОЩНАЯ			100	1,8	4,2	20,5	116,8	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ			250	2,0	4,3	10,0	88,0	
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ			200	14,7	26,0	23,6	382,1	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА			200	0,4	0,1	21,5	88,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			50	3,7	0,3	24,3	114,8	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ			70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:			870	27,1	35,5	128,7	928,7	
Всего за день:				59,3	81,8	222,5	1 731,3	

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Директор ГКОУ
"Восточная школа №1"
М.П. Д.В. Давыденко



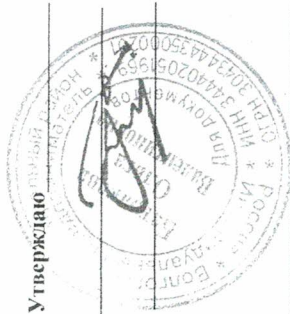
Утверждаю

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	8,6	6,1	57,0	322,8
КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ	200	4,6	4,2	17,6	120,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Итого за прием пищи:	584	26,2	17,8	109,0	701,1
Обед					
ЗАКУСКА ОВОЩНАЯ	100	1,8	4,2	20,5	116,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	5,5	5,7	19,1	163,0
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	200	14,4	29,8	22,9	366,9
СОК ФРУКТОВЫЙ (мультифруктовый)	180	0,5	0,0	28,8	118,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	850	30,4	40,6	144,4	1 018,7
Всего за день:		56,6	58,4	253,4	1 719,8
Ответственное лицо _____					

Директор ГКОУ
"Воскресская школа №1"
И.О.Д. А.В. Иваненко



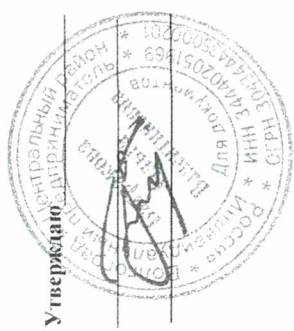
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	250	11,1	16,9	41,0	275,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Итого за прием пищи:	550	16,0	24,2	107,1	610,8
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,8	0,1	1,7	12,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,0	4,3	10,0	88,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,5	16,2	16,0	258,4
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ	180	9,4	9,1	37,2	226,3
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,4	0,1	21,5	88,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	950	35,3	30,7	139,5	927,2
Всего за день:		51,3	54,9	246,6	1 538,0
Ответственное лицо					

Ответственное лицо _____

Директор ТКОУ
"Воскресская школа №1"
И.В. Иваненко
23.09.2026



Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

8 Вариант		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ	250	9,1	11,9	30,8	228,0		
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9		
чай черный с яблоком	200	0,3	0,1	10,2	43,0		
БАТОН	50	3,9	1,5	25,1	129,5		
Итого за прием пищи:	550	18,0	18,6	83,2	550,3		
Обед							
СВЕКЛА С МАСЛОМ	100	1,5	7,0	8,2	100,5		
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	6,2	9,4	15,0	107,0		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,8	31,5	37,2	471,7		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0,0	20,4	84,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
Итого за прием пищи:	870	38,1	48,8	133,9	1 016,5		
Всего за день:		56,1	67,4	217,1	1 566,8		
Ответственное лицо							

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Директор ТКОУ
"Восточная школа №1"
И.В. Иваненко

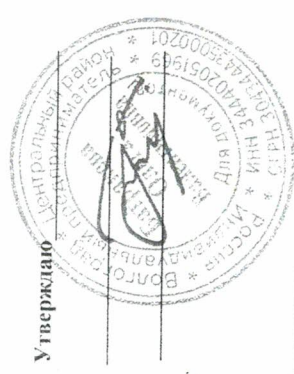
Утверждаю

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

9 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	13,1	13,3	47,2	334,2
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5
КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ	200	4,6	4,2	17,6	120,0
Итого за прием пищи:	614	30,3	31,9	116,3	829,0
Обед					
ЗАКУСКА ОВОЩНАЯ	100	1,8	4,2	20,5	116,8
СУП С КЛЕЦКАМИ	250	2,4	5,8	14,4	117,8
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	200	23,7	36,0	44,7	502,3
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,4	0,1	21,5	88,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	870	36,5	47,0	154,2	1 078,7
Всего за день:		66,8	78,9	270,5	1 907,7

Ответственное лицо _____

Директор ТКОУ
"Воскресенская школа №1"
И.С. Иванченко



Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10 Вариант					
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	10,8	11,0	44,8	287,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,0	15,2	60,0
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за прием пищи:	700	16,6	16,9	96,1	588,5
Обед					
СВЕКЛА С МАСЛОМ	100	1,5	7,0	8,2	100,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,0	4,3	10,0	88,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,5	16,2	16,0	258,4
ПОРЕ ГОРОХОВОЕ	200	14,5	8,1	35,3	247,3
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный)	180	0,9	0,2	17,7	80,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	950	41,6	36,7	140,3	1 027,8
Всего за день:		58,2	53,6	236,4	1 616,3
Ответственное лицо _____					

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.