

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ООО "Гарант-Питание"

Савенкова Н.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор MAOU СОШ № 57

Кремер Е.О.

# МЕНЮ

На 21.04.2025г.

Дети 7-11 лет

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда                                           | Масса<br>порции (г) | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------|-------|--------|-----------|
|                         |                                                                          |                     | Б                    | Ж     | У      |           |
| 1                       | 2                                                                        | 3                   | 4                    | 5     | 6      | 7         |
| <b>Завтрак</b>          |                                                                          |                     |                      |       |        |           |
| 4/М                     | Бутерброд с маслом и твердым сыром 20/10/20                              | 50                  | 6,66                 | 12,49 | 10,54  | 181,21    |
| 173/М/ССЖ               | Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"                       | 200                 | 6,79                 | 7,86  | 36,13  | 242,87    |
| 379/М/ССЖ               | Напиток кофейный на молоке                                               | 200                 | 2,94                 | 2,54  | 15,92  | 99,04     |
| 338/М                   | Фрукт                                                                    | 100                 | 0,8                  | 0,2   | 7,5    | 38        |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                          | 550                 | 17,19                | 23,09 | 70,09  | 561,12    |
| <b>Обед</b>             |                                                                          |                     |                      |       |        |           |
| 27/М                    | Салат из свежих помидоров со сладким перцем                              | 60                  | 0,66                 | 3,60  | 3,30   | 48,00     |
| 88/М/ССЖ                | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10 | 210                 | 3,96                 | 6,14  | 9,71   | 110,61    |
| 290/М/ССЖ               | Гуляш из курицы                                                          | 90                  | 13,53                | 10,75 | 4,29   | 165,48    |
| 202/М/ССЖ               | Макароны отварные                                                        | 150                 | 5,54                 | 4,28  | 35,32  | 202,05    |
| 349/М/ССЖ               | Компот из изюма                                                          | 200                 | 0,35                 | 0,08  | 21,66  | 86,04     |
|                         | Хлеб пшеничный                                                           | 30                  | 2,4                  | 0,3   | 15,6   | 75        |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный                                                     | 40                  | 2,4                  | 0,4   | 16,8   | 80        |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                                          | 780                 | 28,84                | 25,55 | 106,68 | 767,18    |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                          | 1 330               | 46,03                | 48,64 | 176,77 | 1328,30   |

Зав.производством

*Болотова Н.Ф.*

Болотова Н.Ф.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ООО "Гарант-Питание"

Савенкова Н.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ № 57

Кремер Е.О.



МЕНЮ

На

21.04

Дети 12-18 лет

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда                                           | Масса<br>порции (г) | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------|-------|--------|-----------|
|                         |                                                                          |                     | Б                    | Ж     | У      |           |
| 8                       | 9                                                                        | 10                  | 11                   | 12    | 13     | 14        |
| <b>Завтрак</b>          |                                                                          |                     |                      |       |        |           |
| 4/М                     | Бутерброд с маслом и твердым сыром 20/10/20                              | 50                  | 6,66                 | 12,49 | 10,54  | 181,21    |
| 173/М/ССЖ               | Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"                       | 250                 | 9,47                 | 9,55  | 46,37  | 309,97    |
| 379/М/ССЖ               | Напиток кофейный на молоке                                               | 200                 | 2,94                 | 2,54  | 15,92  | 99,04     |
| 338/М                   | Фрукт                                                                    | 100                 | 0,8                  | 0,2   | 7,5    | 38        |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                          | 600                 | 19,87                | 24,78 | 80,33  | 628,22    |
| <b>Обед</b>             |                                                                          |                     |                      |       |        |           |
| 27/М                    | Салат из свежих помидоров со сладким перцем                              | 100                 | 1,10                 | 6,00  | 5,50   | 80,00     |
| 88/М/ССЖ                | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10 | 260                 | 4,93                 | 6,59  | 12,09  | 128,12    |
| 290/М/ССЖ               | Гуляш из курицы                                                          | 100                 | 14,98                | 9,39  | 4,38   | 159,11    |
| 202/М/ССЖ               | Макароны отварные                                                        | 180                 | 6,09                 | 4,34  | 38,84  | 218,95    |
| 349/М/ССЖ               | Компот из изюма                                                          | 200                 | 0,35                 | 0,08  | 21,66  | 86,04     |
|                         | Хлеб пшеничный                                                           | 40                  | 3,2                  | 0,4   | 20,8   | 100       |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный                                                     | 50                  | 3                    | 0,5   | 21     | 100       |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                                          | 930                 | 33,65                | 27,30 | 124,27 | 872,22    |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                          | 1 530               | 53,52                | 52,08 | 204,60 | 1500,44   |

Зав.производством

*Болотова Н.Ф.*

Болотова Н.Ф.