

Согласовано

МБОУ "СОШ №20"

*и.о. директора*  
"26"



*И.И. Курбанова*

*А.С. Кудрявцев*

2024 г.

**МЕНЮ**

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

*В.И. Покрас*

"26"



2024 г.

1 день ,понедельник ,7-11 лет , весенне - летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																
81	Фрикадельки " Петушок "	50	9,14	2,61	4,67	78,62	8,42	1,41	7,08	0,14	14,36	23,55	0,22	0,01	0	36,11
511	Рис отварной	175,73	4,38	7,01	46,11	265,76	14,19	30,54	91,28	0,69	46,66	51,64	0,33	0,04	0	18,71
528/	Соус красный основной	50	0,38	0,91	3,00	21,39	3,61	2,69	5,85	0,11	0	84	0,51	0,01	0,33	1,98
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
1/20	Бутерброд с маслом	30/10	2,57	9,21	17,24	161,73	6,41	3,57	21,6	0,3	58,39	66,31	0,88	0,03	0	12,20
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>515,73</b>	<b>16,66</b>	<b>19,78</b>	<b>84,78</b>	<b>580,72</b>	<b>33,03</b>	<b>38,2</b>	<b>125,8</b>	<b>1,28</b>	<b>119,4</b>	<b>225,5</b>	<b>1,94</b>	<b>0,09</b>	<b>0,33</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	230	1,55	3,50	9,00	70,84	33	16,44	37,34	0,63	16,28	216,25	0,17	0,04	11,04	12,48
ТТК	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
75	Котлета Детская(свинина)	90	12,36	24,43	12,41	318,05	27,52	19,07	138,7	1,57	44,31	47,17	2,92	0,44	0,88	63,23
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	12,02	65,54	99,08	2,23	18,76	35,36	0,35	0,12	0	10,53
2	Батон школьный	72,04	6,18	2,75	42,05	216,77	12,84	8,74	48,37	0,68	1,4	2,43	1,88	0,08	0	5,10
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>761,54</b>	<b>28,40</b>	<b>37,41</b>	<b>100,81</b>	<b>840,94</b>	<b>90,76</b>	<b>113,7</b>	<b>324,8</b>	<b>5,51</b>	<b>85,08</b>	<b>301,34</b>	<b>5,4</b>	<b>0,69</b>	<b>13,04</b>	<b>108,00</b>

108,00

Согласовано  
МБОУ "СОШ №20"

*И.И. Пучкова*  
*директор* *МБОУ "СОШ №20"* *А.С. Кудрявцев*  
"26" *02* 2024 г.

## МЕНЮ

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"  
В.И.Покрас

"26" *02* 2024 г.

2 день ,вторник ,7-11 лет ,весенне- летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																
271	Котлеты домашние	50	2,91	7,17	6,41	101,53	6,82	5,64	32,26	0,42	1,65	1,85	1,45	0,08	0,12	31,09
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	17,76
147	Чай с молоком сгущенным	200	1,47	1,47	14,27	73,35	51,46	5,62	36,2	0,05	4,79	8,93	0,04	0,01	0,08	10,55
73K	Пирожки печеные с капустой	75	5,94	8,89	31,99	227,28	52,38	19,39	64,82	1,05	4,05	11,8	4,91	0,06	6,72	8,83
2	Батон школьный	53,25	4,57	2,03	31,08	160,23	9,49	6,46	35,75	0,51	1,04	1,8	1,39	0,06	0	3,77
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>528,25</b>	<b>20,33</b>	<b>23,78</b>	<b>118,85</b>	<b>762,15</b>	<b>138</b>	<b>44,92</b>	<b>211,3</b>	<b>2,83</b>	<b>29,2</b>	<b>57</b>	<b>8,63</b>	<b>0,27</b>	<b>6,92</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
ТТК 73	Свекла с маслом	60	0,76	5,32	5,55	70,01	19,53	10,45	20,7	0,67	0	1,08	2,69	0,01	2,16	5,18
132	Рассольник Ленинградский	200	1,74	3,18	13,76	89,18	17,64	18,3	51,57	0,72	14,16	188,52	0,2	0,06	5,36	13,35
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
67	Биточки Диетические ( свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	29,42	22,45	129,8	1,29	22,05	276,1	2,5	0,49	10,94	60,53
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	88,25	73,61	222,9	4,82	40,12	45,84	0,57	0,5	0	11,18
2	Батон школьный	52,54	4,51	2,00	30,66	158,10	9,36	6,38	35,28	0,5	1,02	1,78	1,37	0,05	0	3,72
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
<b>Итого за 'Обед '</b>		<b>765,04</b>	<b>36,84</b>	<b>45,24</b>	<b>108,15</b>	<b>964,55</b>	<b>167,1</b>	<b>134,3</b>	<b>460,2</b>	<b>8,35</b>	<b>81,67</b>	<b>513,32</b>	<b>7,39</b>	<b>1,12</b>	<b>18,46</b>	<b>108,00</b>

Согласовано

МБОУ "СОШ №20"

*И.В. Мухомов*  
 и.о. директора *Мух. А.С. Кудрявцев*  
 "26" 02 2024 г.



**МЕНЮ**

Утверждаю  
 Директор ООО "Экспресс-сервис"

*В.И. Покрас*  
 "26" 02 2024 г.



3 день ,среда ,7-11 лет ,весенне- летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																
71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	30	0,24	0,03	1,03	4,68	6,76	4,12	12,35	0,18	0	3	0,03	0,01	2,94	16,17
188	Котлета рыбная /горбуша/	50	7,70	5,59	7,21	109,75	15,38	11,72	71,91	0,48	8,54	10,16	2,59	0,08	0,12	23,26
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	18,89
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,00
2	Батон школьный	80,23	6,88	3,06	46,83	241,42	14,3	9,74	53,87	0,76	1,56	2,71	2,09	0,08	0	5,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>510,23</b>	<b>19,45</b>	<b>15,13</b>	<b>92,59</b>	<b>578,22</b>	<b>130,8</b>	<b>60,19</b>	<b>262,6</b>	<b>2,55</b>	<b>35,31</b>	<b>66,56</b>	<b>4,91</b>	<b>0,3</b>	<b>13,6</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,67	2,21	20,35	110,39	19,35	21,52	55,64	0,89	8,85	268,58	0,31	0,08	6,45	12,50
76	Котлета Загадка(свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	57,34
334	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	23,59
2	Батон школьный	75,85	6,50	2,89	44,27	228,24	13,52	9,2	50,93	0,72	1,48	2,56	1,98	0,08	0	5,37
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	9,20
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>765,85</b>	<b>24,10</b>	<b>31,50</b>	<b>114,43</b>	<b>824,45</b>	<b>155,7</b>	<b>81,48</b>	<b>293,5</b>	<b>4,26</b>	<b>43,67</b>	<b>404,35</b>	<b>5,25</b>	<b>0,57</b>	<b>42,49</b>	<b>108,00</b>

Согласовано  
МБОУ "СОШ №20"

*И.И. Курикова*

*и.о. директора МБОУ А.С. Кудрявцев*

"20" 2024 г.

## МЕНЮ

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"  
В.И.Покрас

"26" 2024 г.

5 день ,пятница ,7-11 лет ,весенне- летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																
ТТК 72	Салат Зимний со свежим огурцом	60,32	2,43	7,44	5,46	96,84	17,1	11,85	51,06	0,65	31,03	158,76	2,8	0,06	6,5	18,04
268	Котлеты,биточки ,шницели (свинина)	50	6,62	12,02	8,63	168,94	19,79	12,7	71,53	0,86	2,06	2,94	1,8	0,2	0,03	34,05
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	13,37
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,54
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>510,32</b>	<b>17,80</b>	<b>29,98</b>	<b>88,79</b>	<b>688,74</b>	<b>65,82</b>	<b>52,88</b>	<b>254,7</b>	<b>3,71</b>	<b>91,89</b>	<b>228,7</b>	<b>6,68</b>	<b>0,42</b>	<b>6,53</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	14,77
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,80
388	Котлета рыбная /горбуша/	90	13,85	10,05	12,99	197,54	27,68	21,1	129,4	0,87	15,38	18,29	4,67	0,14	0,21	41,86
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	18,89
631	Компот из яблок	200	0,15	0,14	26,02	100,61	6,27	3,13	3,83	0,83	0	2	0,08	0,01	1,6	16,28
2	Батон школьный	47,46	4,07	1,81	27,70	142,81	8,46	5,76	31,87	0,45	0,93	1,6	1,24	0,05	0	3,36
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>754,96</b>	<b>26,56</b>	<b>23,85</b>	<b>101,90</b>	<b>717,06</b>	<b>126,6</b>	<b>82,05</b>	<b>298,4</b>	<b>4,48</b>	<b>64,87</b>	<b>260,33</b>	<b>6,45</b>	<b>0,37</b>	<b>20,18</b>	<b>108,00</b>

Согласовано  
МБОУ "СОШ №20"

и.о. директора *М.И. А.С. Кудрявцев*  
"20" "02" 2024 г.

## МЕНЮ

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"

*В.И. Покрас*  
"20" "02" 2024 г.

6 день ,суббота ,7-11 лет ,весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
							Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
267	Апельсин под абрикосовым соусом	86,63	0,71	0,14	18,22	72,81	26,32	10,75	18,29	0,29	0	16,66	0,24	0,03	40,82	40,62
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	19,84
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,54
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>536,63</b>	<b>15,53</b>	<b>13,50</b>	<b>107,58</b>	<b>598,92</b>	<b>241,1</b>	<b>94,57</b>	<b>354,7</b>	<b>2,96</b>	<b>52,98</b>	<b>80,62</b>	<b>2,46</b>	<b>0,38</b>	<b>42,33</b>	<b>72,00</b>
Обед																
109	Пуштыные шyd	250	3,34	3,21	18,05	112,49	25,48	25,96	78,71	1,19	23,85	245,33	0,25	0,1	8,6	18,45
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
155	Гуляш куриный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	54,31
ТТК 85	Каша перловая с овощами	150	5,18	14,04	39,92	300,38	35,89	30,59	184,8	1,22	0	440	7,28	0,07	0,79	8,49
705	Напиток из шиповника	200	0,64	0,25	31,18	118,98	11,09	2,96	2,96	0,57	0	163,4	0,76	0,01	80	12,56
2	Батон школьный	44,5	3,82	1,70	25,97	133,90	7,93	5,4	29,88	0,42	0,87	1,5	1,16	0,05	0	3,15
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>757,00</b>	<b>29,82</b>	<b>26,32</b>	<b>119,90</b>	<b>815,74</b>	<b>94,72</b>	<b>73,64</b>	<b>311,6</b>	<b>4,03</b>	<b>29,04</b>	<b>871,73</b>	<b>11,83</b>	<b>0,25</b>	<b>90,7</b>	<b>108,00</b>

Согласовано

МБОУ "СОШ №20"

*И.И. Кудрявцев*

А.С. Кудрявцев

2024 г.

**МЕНЮ**

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

2024 г.

"26" 02



7 день, понедельник, 7-11 лет, весенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																
270	Котлеты Московские	50	1,68	5,23	6,70	80,40	5,57	3,53	16,39	0,26	0,16	0,29	1,34	0,05	0,07	32,58
508	Каша гречневая рассыпчатая	165,22	9,35	7,68	48,79	289,28	19,98	137,2	206,2	4,64	26,32	50,12	0,7	0,24	0	15,31
528/1994	Соус красный основной	50	0,38	0,91	3,00	21,39	3,61	2,69	5,85	0,11	0	84	0,51	0,01	0,33	1,98
1/2010	Бутерброд с сыром	40/10	5,94	4,10	22,88	152,31	105	10,15	85,12	0,44	21,34	25,15	1,08	0,04	0,07	14,13
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,00
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>515,22</b>	<b>18,90</b>	<b>19,07</b>	<b>97,31</b>	<b>620,41</b>	<b>187,3</b>	<b>159,6</b>	<b>352,7</b>	<b>5,53</b>	<b>53,83</b>	<b>170,56</b>	<b>3,64</b>	<b>0,36</b>	<b>0,73</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
17	Салат из квашеной капусты	61,16	0,95	3,05	6,06	53,88	24,96	8,51	18,4	0,34	0	0	1,41	0,01	14,98	10,42
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26,79	20,34	51,08	0,73	17,7	240,11	0,2	0,08	9	16,38
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	21,68	20,53	117,6	1,37	23,4	318,42	2,61	0,46	0,14	61,29
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	13,37
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,54
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>801,16</b>	<b>23,34</b>	<b>37,64</b>	<b>97,86</b>	<b>812,64</b>	<b>102,4</b>	<b>77,71</b>	<b>319,2</b>	<b>4,64</b>	<b>99,9</b>	<b>625,52</b>	<b>6,29</b>	<b>0,71</b>	<b>24,13</b>	<b>108,00</b>

Согласовано

МБОУ "СОШ №20"

*в.и. Жуков*

А.С. Кудрявцев

"20" / 2024г.

**МЕНЮ**

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

"26" / 2024г.

8 день ,вторник ,7-11 лет ,весенне- летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																
239	Котлета куриная (с луком)	50	8,61	3,21	9,90	102,24	28,94	6,37	26,61	0,4	2,28	6,12	1,63	0,03	0,17	30,20
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	18,89
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,54
738	Пирожки печеные с курагой	53,92	3,80	1,71	29,60	142,84	26,59	16,89	42,75	0,74	2,91	100,85	1,96	0,04	0,1	16,37
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>503,92</b>	<b>19,97</b>	<b>12,19</b>	<b>104,03</b>	<b>594,10</b>	<b>106</b>	<b>57,85</b>	<b>188,2</b>	<b>2,7</b>	<b>25,37</b>	<b>148,35</b>	<b>5,09</b>	<b>0,24</b>	<b>10,56</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	36,75	33,53	94,44	1,76	17,7	234,55	0,3	0,17	4,6	11,95
76	Котлета Загадка(свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	57,34
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	23,59
2	Батон школьный	83,62	7,17	3,19	48,80	251,62	14,9	10,15	56,15	0,79	1,63	2,83	2,18	0,09	0	5,92
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	9,20
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>773,62</b>	<b>27,16</b>	<b>33,77</b>	<b>119,62</b>	<b>874,45</b>	<b>174,5</b>	<b>94,43</b>	<b>337,5</b>	<b>5,21</b>	<b>52,67</b>	<b>370,59</b>	<b>5,45</b>	<b>0,66</b>	<b>40,64</b>	<b>108,00</b>

Согласовано  
МБОУ "СОШ №20"

*И.И. Курдюков*

*И.И. Курдюков*

2024 г.

## МЕНЮ

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"

*В.И. Покрас*

2024 г.

### 9 день ,среда ,7-11 лет ,весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																
268	Десерт в фруктовом соусе	88,42	0,40	0,22	28,95	112,27	14,91	8,6	11,17	1,32	0	25,33	0,32	0,02	5,35	19,46
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	127,2	44,76	177,4	1,03	57,79	65,89	0,23	0,16	1,24	21,19
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
ТТК 276	Бутерброд с маслом и сыром	60/10/10	7,84	12,54	38,14	293,59	117	21	126,8	1,12	62,91	70,83	1,71	0,12	0,07	25,73
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>575,42</b>	<b>15,63</b>	<b>21,63</b>	<b>125,45</b>	<b>744,83</b>	<b>262</b>	<b>75,1</b>	<b>316,7</b>	<b>3,55</b>	<b>120,7</b>	<b>162,19</b>	<b>2,27</b>	<b>0,3</b>	<b>7,78</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	14,77
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,80
270	Котлеты Московские	90	3,02	9,42	12,06	144,72	10,03	6,36	29,51	0,47	0,29	0,52	2,42	0,09	0,13	58,65
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18,14	124,5	187,2	4,21	23,9	45,51	0,64	0,22	0	13,90
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	68,37	5,86	2,61	39,90	205,73	12,18	8,3	45,91	0,65	1,33	2,31	1,78	0,07	0	4,84
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>775,87</b>	<b>22,95</b>	<b>25,57</b>	<b>123,62</b>	<b>797,07</b>	<b>83,69</b>	<b>162,7</b>	<b>310,6</b>	<b>6,66</b>	<b>54,89</b>	<b>247,09</b>	<b>5,11</b>	<b>0,44</b>	<b>8,21</b>	<b>108,00</b>



Согласовано

МБОУ "СОШ №20"

И.В. Кудрявцев

А.С. Кудрявцев

2024г.

**МЕНЮ**

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

2024г.

10 день , четверг ,7-11 лет ,весенне- летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																
77	Бабушкин салатик	62,36	1,27	4,43	6,29	68,28	12,25	11,93	34,15	0,45	6,11	136,47	2,16	0,05	6,94	11,03
77	Котлета Здоровье(свинина)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	12,05	11,4	65,36	0,76	13	176,9	1,45	0,25	0,08	34,05
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	17,76
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,54
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
<b>Итого за 'Завтрак '</b>		<b>519,36</b>	<b>17,77</b>	<b>21,84</b>	<b>87,39</b>	<b>611,77</b>	<b>53,87</b>	<b>37,94</b>	<b>176,7</b>	<b>2,57</b>	<b>37,77</b>	<b>347,82</b>	<b>5,76</b>	<b>0,43</b>	<b>8,14</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
48	Суп Крестьянский с крупой	200	1,53	3,09	11,78	79,21	22,15	14,75	36,57	0,5	14,16	187,44	0,16	0,03	6,4	10,51
197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	54,36
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	18,89
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	5,04
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	72,89	6,25	2,78	42,54	219,33	12,99	8,85	48,94	0,69	1,42	2,46	1,9	0,08	0	5,16
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>730,39</b>	<b>30,19</b>	<b>22,38</b>	<b>107,56</b>	<b>744,27</b>	<b>132,6</b>	<b>66,72</b>	<b>220,2</b>	<b>3,33</b>	<b>63,21</b>	<b>263,11</b>	<b>5,3</b>	<b>0,29</b>	<b>17</b>	<b>108,00</b>

Согласовано

МБОУ "СОШ №20"

*и.п. директор*  
*И.И. Кузьков*

А.С. Кудрявцев

" 26 "

02

2024 г.

**МЕНЮ**



Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Погас

" 26 "

02

2024 г.



11 день ,пятница ,7-11 лет ,весенне- летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>Завтрак</b>																
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	19,84
112	Омлет натуральный	77,43	6,77	7,94	1,69	105,12	59,02	9,06	107,9	1,13	89,01	155,88	0,33	0,03	0,16	38,07
147	Чай с молоком сгущенным	200	1,47	1,47	14,27	73,35	51,46	5,62	36,2	0,05	4,79	8,93	0,04	0,01	0,08	10,55
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,54
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>527,43</b>	<b>21,52</b>	<b>21,62</b>	<b>89,38</b>	<b>627,54</b>	<b>272,1</b>	<b>92,41</b>	<b>441,4</b>	<b>3,75</b>	<b>140,8</b>	<b>217,77</b>	<b>2,59</b>	<b>0,38</b>	<b>1,49</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>																
132	Рассольник Ленинградский	210	1,82	3,34	14,45	93,64	18,52	19,21	54,15	0,75	14,87	197,95	0,21	0,07	5,63	14,02
ГТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,80
3ЯК	Котлета рыбная /горбуша/	90	13,85	10,05	12,99	197,54	27,68	21,1	129,4	0,87	15,38	18,29	4,67	0,14	0,21	41,86
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	17,76
2	Батон школьный	89,13	7,64	3,40	52,02	268,20	15,88	10,82	59,85	0,85	1,74	3,01	2,32	0,09	0	6,31
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	23,86	91,82	7,22	2,49	4,4	0,12	0	1,76	0,04	0,01	5,28	15,21
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>756,63</b>	<b>32,68</b>	<b>23,78</b>	<b>138,58</b>	<b>891,12</b>	<b>93,86</b>	<b>64,96</b>	<b>293,1</b>	<b>3,72</b>	<b>61,33</b>	<b>261,62</b>	<b>8,16</b>	<b>0,38</b>	<b>11,14</b>	<b>108,00</b>

Согласовано  
МБОУ "СОШ №20"

*И.И. Пуйков*  
и.и. Пуйков  
директора МБОУ А.С. Кудрявцев

"26" 2024 г.

## МЕНЮ

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"  
В.И. Покрас

"26" 2024 г.



12 день , суббота ,7-11 лет ,весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры,	Углево-	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
			всего	всего	ды, г		Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг		C,мг
Завтрак																
ТТК 229	Салат Летний	57,38	1,58	6,01	3,86	75,00	12,59	7,97	31,77	0,5	12,91	39,22	2,69	0,03	2,98	21,17
271	Котлеты домашние	50	2,91	7,17	6,41	101,53	6,82	5,64	32,26	0,42	1,65	1,85	1,45	0,08	0,12	31,09
510	Каша пшенная вязкая	150	4,08	4,94	23,89	155,94	14,33	27,37	77,87	0,93	18,76	35,73	0,17	0,11	0	8,20
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,54
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>507,38</b>	<b>14,40</b>	<b>21,16</b>	<b>79,28</b>	<b>559,95</b>	<b>95,84</b>	<b>53,14</b>	<b>214,6</b>	<b>2,41</b>	<b>40,29</b>	<b>89,5</b>	<b>5,62</b>	<b>0,29</b>	<b>3,36</b>	<b>72,00</b>
Обед																
138	Суп картофельный с горохом	230	4,67	3,85	19,32	126,05	33,81	30,85	86,88	1,62	16,28	215,79	0,28	0,15	4,23	10,99
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
269	Биточки Особые	90	4,73	13,03	15,63	197,76	16,17	11,5	51,05	0,82	0,28	0,49	2,15	0,16	0,88	63,97
94/2008	Рис припущенный	150	3,48	4,31	36,63	199,78	10,73	23,22	70,69	0,52	18,76	34,61	0,26	0,03	0	14,21
528/1994	Соус красный основной	20	0,15	0,37	1,20	8,55	1,44	1,08	2,34	0,04	0	33,6	0,2	0	0,13	0,79
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	56,5	4,85	2,15	32,98	170,01	10,07	6,86	37,94	0,54	1,1	1,91	1,47	0,06	0	4,00
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>759,00</b>	<b>21,67</b>	<b>25,50</b>	<b>119,52</b>	<b>785,49</b>	<b>75,15</b>	<b>76,63</b>	<b>248,9</b>	<b>3,89</b>	<b>40,74</b>	<b>286,39</b>	<b>4,42</b>	<b>0,42</b>	<b>5,25</b>	<b>108,00</b>