

Утверждаю:

Руководитель гимназии

Т.Г. Волкова



## Меню для тебя , школьник

ООО «Школьник»

10 марта 2025

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Стоимость блюда	Пищевые вещества			Калорий
				Б	Ж	У	
<b>Комплекс № 1</b>							
204/15/22	Каша гречневая	150	15-35	5,92	5,23	24,6	206,15
377/96/22	Мясо по албански	50	78-04	10,25	3,00	1,25	72,65
345/15/22	Компот из сухофруктов	200	7-38	0,17	0,06	9,62	41,00
406/15/22	Ватрушка с творогом	60	19-23	6,3	6,90	38,4	240,45
		<b>итого</b>	<b>120-00</b>				
<b>Комплекс № 2</b>							
204/15/22	Каша гречневая	150	15-35	5,92	5,23	24,6	206,15
528/96	Соус красный основной	50	3-00	0,33	1,86	0,60	14,40
37/22	Салат Бриз	100	44-17	4,50	15,50	12,40	209,00
643/98/22	Сдоба с повидлом	60	13-00	6,57	4,99	24,62	168,10
345/15/22	Компот из смородины	200	24-48	0,17	0,06	9,62	41,00
		<b>итого</b>	<b>100-00</b>				

Зав. Производством \_\_\_\_\_ О.А.Перевощикова

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В.Назарова

Утверждаю:

Руководитель гимназии

Т.Г.Волкова



## Меню для тебя , школьник

ООО « Школьник »

12 марта 2025

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Стоимость блюда	Пищевые вещества			Калорий
				Б	Ж	У	
<b>Комплекс № 1</b>							
303/15	Макароны отварные	150	8-48	6,11	6,68	27,36	194,00
744/22	Отбивная из филе куриного	70	95-75	24,10	11,30	11,20	245,00
345/15/22	Чай с сахаром	200	3-68	0,2	0,05	17,63	72,88
416/15/22	Плюшка Московская	50	12-09	4,30	7,90	24,50	186,00
		<b>итого</b>	<b>120-00</b>				
<b>Комплекс № 2</b>							
303/15	Макароны отварные	150	8-48	6,11	6,68	27,36	194,00
528/96	Соус красный основной	50	3-00	0,33	1,86	0,60	14,40
67/04/22	Салат «Столичный»	80	44-96	10,46	15,49	6,92	209,10
345/15/22	Напиток из клюквы	200	26-88	0,2	0,05	17,63	72,88
422/15/22	Рулет с маком и изюмом	75	16-68	5,93	6,10	33,35	212,25
		<b>итого</b>	<b>100-00</b>				

Зав. Производством \_\_\_\_\_ О.А.Перевощикова

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В.Назарова



Согласовано :

Руководитель гимназии

Т. Г. Волкова

## Меню для тебя , школьник

ООО « Школьник »

13 марта 2025

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Стоимость блюда	Пищевые вещества			Калорий
				Б	Ж	У	
<b>Комплекс № 1</b>							
304/15/22	Рис отварной	150	14-92	0,06	6,56	30,50	193,15
744/22	Гуляш из филе куриного	50/50	74-81	24,10	11,30	11,20	245,00
647/96	Компот из сливы	200	18-86	0,10	0,00	22,60	89,00
410/15	Ватрушка с повидлом	75	11-41	4,46	2,98	44,12	222,00
		<b>итого</b>	<b>120-00</b>				
<b>Комплекс № 2</b>							
304/15/22	Рис отварной	150	14-92	0,06	6,56	30,50	193,15
528/96	Соус красный основной	50	3-00	0,33	1,86	0,60	14,40
67/04/22	Салат Яхта	80	53-48	10,46	15,49	6,92	209,18
157/08/22	Компот из сливы	200	18-86	0,10	0,00	25,20	96,00
410/15/22	Булочка «Российская»	60	9-74	9,22	5,46	29,18	202,00
		<b>итого</b>	<b>100-00</b>				

Зав. Производством \_\_\_\_\_ О .А. Перевощикова

Калькулятор \_\_\_\_\_ С. В. Назарова



## Меню для тебя , школьник

ООО «Школьник»

14 марта 2025

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Стоимость блюда	Пищевые вещества			Калорий
				Б	Ж	У	
<b>Комплекс № 1</b>							
203/15/22	Макароны отварные	150	8-48	4,60	3,90	24,60	189,00
456/96/22	Шашлык из куриного филе	50	75-55	22,11	21,96	0,53	250,90
345/15/22	Компот из черной смородины	200	24-48	0,2	0,05	17,63	72,88
430/15	Рулет с маком	60	11-49	4,22	4,81	29,22	177,00
		<b>итого</b>	<b>120-00</b>				
<b>Комплекс № 2</b>							
203/15/22	Каша гречневая	150	15-35	4,60	3,90	24,60	189,00
528/96	Соус красный основной	50	3-00	0,33	1,86	0,60	14,40
54/96/22	Салат «Маковка»	80	50-92	14,06	23,75	4,41	287,87
345/15/22	Компот из черной смородины	200	24-48	0,2	0,05	17,63	72,88
687/96	Булочка с кокосом	40	6-25	9,45	4,28	27,23	184,50
		<b>итого</b>	<b>100-00</b>				

Зав. Производством \_\_\_\_\_ О.А.Перевощикова

Калькулятор \_\_\_\_\_ С.В.Назарова



## Меню для тебя, школьник

10 марта 2025

ООО Школьник							
№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 1-4 класс, Обед</b>							
ТТК47/15/22	Салат из квашеной капусты с яйцом	50/10	19,73	2,28	3,66	23,38	61,44
ТК99/15	Суп из овощей с окорочком	250/12,5	27,05	8,87	7,77	9,20	149,70
ТК303/15	Каша вязкая пшеничная	150	13,91	4,00	4,24	24,56	152,40
ТТК269К/15/23	Биточки по-молдавски в белом соусе	55/50	21,01	7,46	11,20	7,87	164,57
ТК388/15	Напиток из плодов шиповника	200	13,90	0,68	0,27	20,76	88,20
ТТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	2,80	1,52	0,18	9,38	52,20
ТТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
<b>ИТОГО ЗА ПРИЁМ</b>		<b>817,5</b>	<b>101,00</b>	<b>26,13</b>	<b>27,54</b>	<b>104,63</b>	<b>709,71</b>
<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ МНОГОДЕТНЫЕ 5-11 класс</b>							
ТК99/15	Суп из овощей с окорочком	250/12,5	27,05	8,87	7,77	9,20	149,70
ТК303/15	Каша вязкая пшеничная	150	13,91	4,00	4,24	24,56	152,40
ТТК269К/15/23	Биточки по-молдавски в белом соусе	55/50	21,01	7,46	11,20	7,87	164,57
ТК388/15	Напиток из плодов шиповника	200	13,90	0,68	0,27	20,76	88,20
ТТК772/04/22	Булочка обсыпная с маком	55	5,13	4,46	1,71	28,93	151,07
<b>ИТОГО ЗА ПРИЁМ</b>			<b>81,00</b>				

Зав. Производством

О.А.Первощикова

Бух.калькулятор

С.В.Назарова



СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ  
БОУ УРТУГНИ им. Кузубая Герда"  
Т.Г.Волкова

# Меню для тебя, школьник

ООО Школьник

12 марта 2025

№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность

## БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 1-4 класс, Обед

ГК45/15	Салат из белокочанной капусты	75	9,00	0,98	2,44	4,85	45,30
ГТК44/08/22	Агырчи шыд с окорочком	250/10	24,47	18,20	9,72	16,54	195,46
ГК312/15	Пюре картофельное	150	28,32	3,06	4,80	20,44	137,25
ГТК239М/15/23	Тефтели рыбные из минтая в смет.соусе	60/30	26,43	8,54	7,85	10,71	147,38
ГТК349/15/24	Компот из смеси сухофруктов	200	7,38	0,90	0,10	34,00	131,80
ГТК1/15/23	Хлеб пшеничный	20	2,80	1,52	0,18	9,38	52,20
ГТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		815	101,00	34,52	25,31	105,40	750,59

## БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ МНОГОДЕТНЫЕ 5-11 класс

ГК312/15	Пюре картофельное	150	28,32	3,06	4,80	20,44	137,25
ГТК413С/96/22	Шницель мясной натуральный рубленный	50	42,70	11,26	8,74	5,27	144,93
ГТК349/15/24	Компот из смеси сухофруктов	200	7,38	0,90	0,10	34,00	131,80
ГТК1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ			81,00				

ав. Производством  
ух.калькулятор

О.А.Перевощикова  
С.В.Назарова

## Меню для тебя, школьник

ООО Школьник

Пищевая ценность

№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность

### БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 1-4 класс, Обед

ГК62/15	Салат из моркови с сахаром	65	8,33	0,80	0,06	7,46	53,11
ГК114/04(УНК)	Суп Нугыли шыд с окорочком	250/12,5	26,06	13,18	6,59	21,15	198,45
ГК303/15	Каша гречневая вязкая	150	15,35	4,58	5,01	20,52	146,00
ГТК278С/15/22	Тефтели мясные в соусе	60/30	33,27	5,83	10,20	6,72	136,07
ГТК342/15/23	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	14,93	0,16	0,16	27,88	114,60
ГК405/15	Хлебная булочка	50	3,06	3,48	2,33	23,97	120,70
<b>ИТОГО ЗА ПРИЁМ</b>		<b>817,5</b>	<b>101,00</b>	<b>28,03</b>	<b>24,35</b>	<b>107,70</b>	<b>768,93</b>

### БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ МНОГОДЕТНЫЕ 5-11 класс

ГК114/04(УНК)	Суп Нугыли шыд	250	14,06	5,90	3,81	21,10	144,00
ГК303/15	Каша гречневая вязкая	150	15,35	4,58	5,01	20,52	146,00
ГТК278С/15/22	Тефтели мясные в соусе	60/30	33,27	5,83	10,20	6,72	136,07
ГТК342/15/23	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	14,93	0,16	0,16	27,88	114,60
ГК405/15	Хлебная булочка	55	3,39	3,83	2,56	26,37	132,77
<b>ИТОГО ЗА ПРИЁМ</b>			<b>81,00</b>				

Зав. Производством

О.А.Первошикова

Зух.калькулятор

С.В.Назарова

## Меню для тебя, школьник

ООО ШКОЛЬНИК

14 марта 2025

№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 1-4 класс, Обед</b>							
TK51/22	Салат картоф. с консер. огурцом	60	11,27	0,72	8,04	4,74	94,80
K82/15	Борщ со св. капустой, картоф., окорочк.	250/10	26,25	7,62	7,15	10,98	147,36
TK203/15/22	Макароны отварные	150	6,36	4,60	3,90	24,60	189,00
TK268K/15/23	Шницель «Новинка»	90	43,74	12,86	17,99	15,00	273,00
TK156/08/22	Напиток из лимонов	200	10,32	0,10	0,00	24,20	93,00
K405/15	Хлебная булочка	50	3,06	3,48	2,33	23,97	120,70
<b>ИТОГО ЗА ПРИЁМ</b>		<b>810</b>	<b>101,00</b>	<b>29,38</b>	<b>39,41</b>	<b>103,49</b>	<b>917,86</b>

### БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ МНОГОДЕТНЫЕ 5-11 класс

K82/15	Борщ со св. капустой, картоф., окорочк.	250/10	26,25	7,62	7,15	10,98	147,36
TK203/15/22	Макароны отварные	150	6,36	4,60	3,90	24,60	189,00
TK268K/15/23	Шницель «Новинка»	70	33,81	7,28	10,65	9,33	162,62
TK156/08/22	Напиток из лимонов	200	10,32	0,10	0,00	24,20	93,00
TK766/04/22	Булочка обсыпная с кунжутом	30	4,26	2,52	1,53	14,46	82,80
<b>ИТОГО ЗА ПРИЁМ</b>			<b>81,00</b>				

ав. Производством

О.А.Перевощикова

ух.калькулятор

С.В.Назарова





## Меню для тебя, школьник

ООО Школьник

15 марта 2025

Пищевая ценность

№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
<b>БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ МНОГОДЕТНЫЕ 5-11 класс</b>							
ГК109/04	Суп Пуштые шьд	250	19,97	3,61	3,98	16,94	129,70
ГК303/15	Каша гречневая вязкая	150	15,35	4,58	5,01	20,52	146,00
ГТК280С/15/22	Фрикадельки мясные в соусе	55/50	31,68	7,62	8,74	8,80	146,97
ГК377/15	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	6,72	0,13	0,02	15,20	62,00
ГТК772/04/22	Булочка обсыпная с маком	80	7,28	6,48	2,48	42,08	219,73
ИТОГО ЗА ПРИЁМ			<b>81,00</b>				

ав. Производством

О.А.Перевощикова

ух.калькулятор

С.В.Назарова