



Утверждаю:

Директор МБОУ "СОШ № 73 "

Литина Е.С.

МЕНЮ
на 28 сентября 2025 г.

День: второй Неделя: первая

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего	ды, г		
ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)							
128-08	Каша пшеничная молочная вязкая со слив маслом	200/10	4,80	9,46	8,94	130,60	30,37
ттк	Манник со слад. молоком	70/20	7,04	8,44	33,87	259,82	30,16
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	16,26
ттк	Хлеб пшеничный	52	3,71	0,36	24,51	116,44	4,21
Итого за 'Завтрак'		552	18,32	18,83	83,01	576,90	81,00

ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

116В	Салат "Заря"	60	1,71	6,05	4,99	78,29	10,72
129	Рассольник ленинградский со сметаной и отварным мясом кур	200/9	2,40	5,17	15,43	123,76	25,72
105В	Котлета куриная "Нежная" (кур)	90	14,36	8,33	11,07	184,79	58,37
97	Макаронные изделия отварные	150	5,47	3,95	35,13	197,43	12,26
699В	Напиток из мандаринов	200	0,11	0,03	23,05	88,31	11,10
ттк	Хлеб пшеничный	23	1,64	0,16	10,84	51,50	1,86
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
Итого за 'Обед'		752	26,93	23,90	108,10	759,41	121,50


КОМПЛЕКС бесплатного питания для м/о, м/д, ТЖС (81,00 руб)

129	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,20	5,02	15,40	114,29	16,69
105В	Котлета куриная "Нежная" (кур)	70	11,17	6,48	8,61	143,72	45,40
97	Макаронные изделия отварные	160	5,83	4,21	37,47	210,60	13,08
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	2,66
ттк	Хлеб пшеничный	21	1,50	0,15	9,90	47,02	1,70
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
Итого за 'Комплекс'		671	22,12	16,11	88,18	586,86	81,00

КОМПЛЕКС стоимостью 125 руб. 00 коп. для 5-11 классов

116В	Салат "Заря"	80	2,28	8,07	6,66	104,39	14,22
129	Рассольник ленинградский со сметаной	200/9	2,40	5,17	15,43	123,76	25,72
105В	Котлета куриная "Нежная" (кур)	90	14,36	8,33	11,07	184,79	58,37
97	Макаронные изделия отварные	150	5,47	3,95	35,13	197,43	12,26
699В	Напиток из мандаринов	200	0,11	0,03	23,05	88,31	11,10
ттк	Хлеб пшеничный	23	1,64	0,16	10,84	51,50	1,86
ттк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
Итого за 'Комплекс'		772	27,50	25,92	109,77	785,52	125,00

Зав. производством:
Ответственный по питанию:

 Борисова О.А.



Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ № 73 "

Литвиш Е.С.

МЕНЮ

на 28 сентября 2025 г.

День: второй Неделя: первая

Возрастная категория: дети с овоз 7-11 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод-ам, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
Завтрак							
128-08	Каша пшеничная молочная вязкая со слив/маслом	200/10	4,80	9,46	8,94	130,60	30,37
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	16,26
т.т.к.	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	4,05
Итого за "Завтрак"		450	11,14	10,38	48,20	312,60	
Обед							
116В	Салат "Заря"	60	1,71	6,05	4,99	78,29	10,72
129	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,20	5,02	15,40	114,29	16,69
105В	Котлета куриная "Нежная"	60	9,57	5,55	7,38	123,19	38,93
97	Макаронные изделия отварные	150	5,47	3,95	35,13	197,43	12,26
699В	Напиток из мандаринов	200	0,11	0,03	23,05	88,31	11,10
т.т.к.	Хлеб пшеничный	28	2,00	0,20	13,20	62,70	2,27
т.т.к.	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
Итого за "Обед"		718	22,30	21,01	106,74	699,55	
Итого за день			33,44	31,39	154,94	1012,15	144,12

Возрастная категория: дети с овоз 12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод-ам, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
Завтрак							
128-08	Каша пшеничная молочная вязкая со слив/маслом	250	5,71	11,26	10,64	155,48	36,15
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	16,26
т.т.к.	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	4,05
Итого за "Завтрак"		500	12,05	12,18	49,90	337,48	
Обед							
116В	Салат "Заря"	60	1,71	6,05	4,99	78,29	10,72
129	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,75	6,28	19,25	142,86	20,83
105В	Котлета куриная "Нежная"	60	9,57	5,55	7,38	123,19	38,93
97	Макаронные изделия отварные	190	6,93	5,00	44,50	250,08	15,52
699В	Напиток из мандаринов	200	0,11	0,03	23,05	88,31	11,10
т.т.к.	Хлеб пшеничный	30	2,14	0,21	14,14	67,18	2,43
т.т.к.	Хлеб ржаной	23	1,43	0,24	8,73	40,64	1,69
Итого за "Обед"		813	24,64	23,36	122,04	796,55	
Итого за день			36,70	35,54	171,94	1134,03	157,68

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Борисова О.А.