

"Утверждаю"

Директор ООО "ТрансТерминал"



"Согласовано"

Директор

М.А.ОУ СОШ № 7



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 5-11 классы

ДЕНЬ 3 (среда)

Дата 15.10.2025

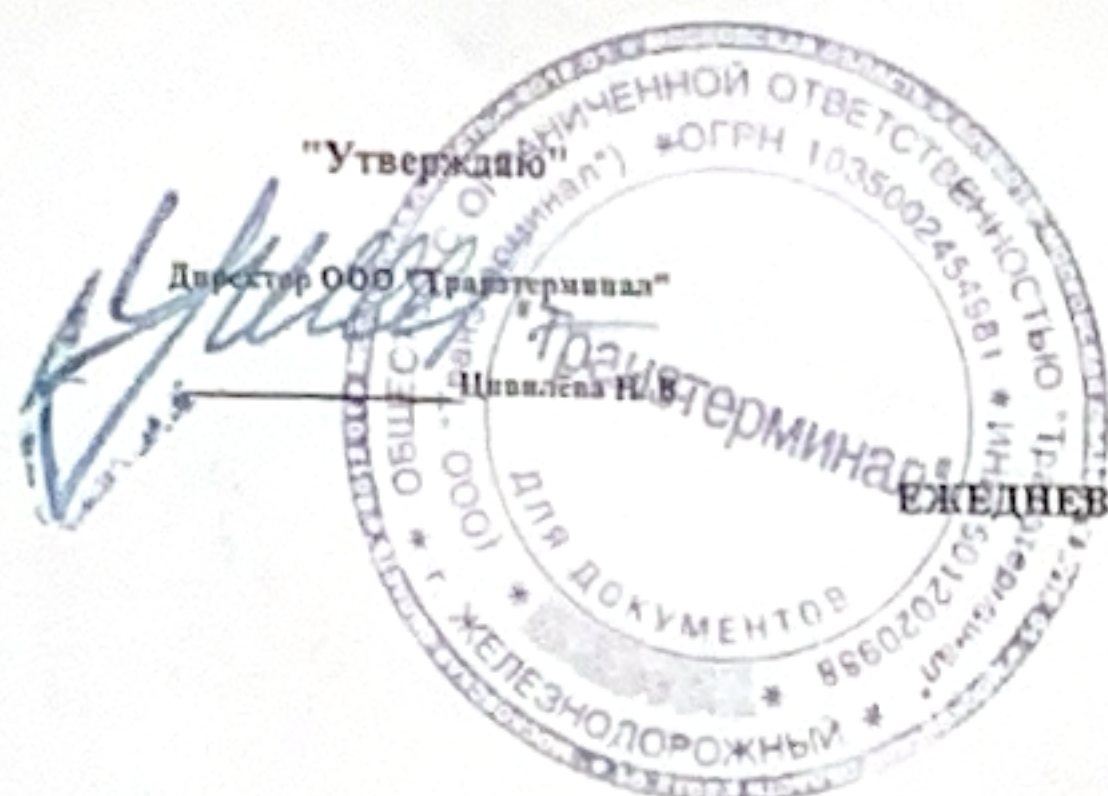
Прием пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	1007	Вареники с творогом	180	383,67	16,72	14,92	46,69
	780	Молоко сгущенное с сахаром	20	65,60	1,44	1,70	11,10
	789	Соус ягодный	20	35,62	0,02	0,04	8,81
	872-2 877-2 887	Напиток на выбор: Какао на молоке или Чай* Сахар порционный*	200 200/5	127,00 - 19,95	3,55 - -	3,35 - -	20,43 - 5,00
	25	Хлебная корзина	60	157,20	4,50	1,74	30,84
	850	Фрукты свежие по сезонности	100	47,00	0,40	0,40	9,80
ИТОГО:			580	816,09	26,64	22,15	127,68

ОБЕД	249	Огурцы свежие	35	4,90	0,28	0,04	0,88
	240	Морковь свежая / Кукуруза консервированная	35	12,25	0,46	0,04	2,42
	234	Капуста свежая / Горошек консервированный	35	9,80	0,63	0,04	1,65
	793	Масло растительное	8	71,92	-	7,99	-
	288	Суп гороховый	250	198,86	12,78	5,35	27,64
	716	Шницель рубленый куриный	100	245,89	16,96	14,73	13,79
	461	Макароны отварные с овощами	180	207,04	5,83	4,39	35,75
	969 917	Напиток на выбор: Сок или Компот из вишни с яблоками*	200	92,00 101,01	1,00 0,25	0,20 0,13	20,20 24,35
	26	Хлебная корзина	80	197,60	5,24	1,60	40,32
ИТОГО:			923	1040,25	43,18	34,36	142,63

Зав. производством

Ответственный по питанию

Б.И.
Я.И.



"Согласовано"

Директор



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 1-4 классы

ДЕНЬ 3 (среда)

Дата 15.10.2025г.

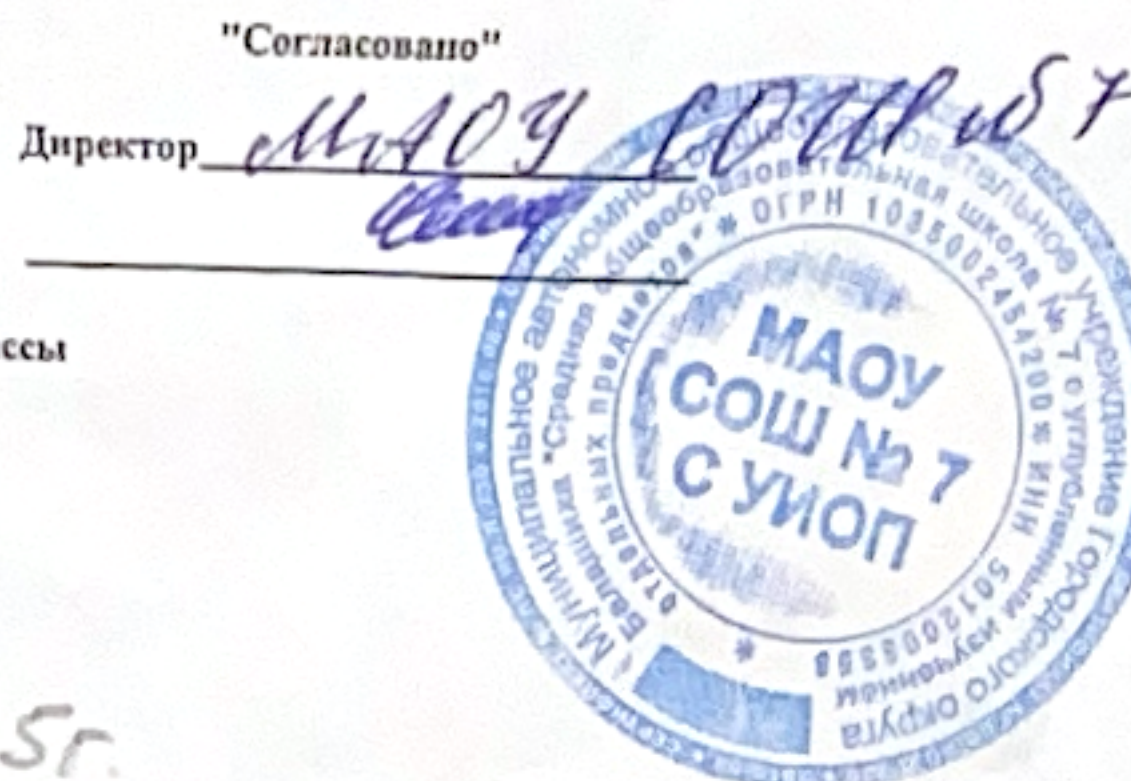
Прием пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	1007	Вареники с творогом	150	319,73	13,94	12,43	38,91
	780	Молоко сгущенное с сахаром	10	32,80	0,72	0,85	5,55
	789	Соус ягодный	10	17,81	0,01	0,02	4,41
	872-2	Напиток на выбор:	200	127,00	3,55	3,35	20,43
	877-2	Какао на молоке или	200/5	- 19,95	-	-	- 5,00
	887	Чай*					
		Сахар порционный*					
	25	Хлебная корзина	60	157,20	4,50	1,74	30,84
	850	Фрукты свежие по сезонности	100	47,00	0,40	0,40	9,80
ИТОГО:			530	701,54	23,12	18,79	109,94

ОБЕД	249	Огурцы свежие	20	2,80	0,16	0,02	0,50
	240	Морковь свежая / Кукуруза консервированная	20	7,00	0,26	0,02	1,38
	234	Капуста свежая / Горошек консервированный	20	5,60	0,36	0,02	0,94
	793	Масло растительное	8	71,92	-	7,99	-
	288	Суп гороховый	200	159,09	10,23	4,28	22,11
	716	Шницель рубленый куриный	100	245,89	16,96	14,73	13,79
	461	Макароны отварные с овощами	150	172,53	4,86	3,66	29,79
	969	Напиток на выбор:	200	92,00	1,00	0,20	20,20
	917	Сок или Компот из вишни с яблоками*		101,01	0,25	0,13	24,35
	26	Хлебная корзина	80	197,60	5,24	1,60	40,32
ИТОГО:			798	954,43	39,06	32,52	129,03

ПОЛДНИК	491	Омлет	160	241,14	16,71	17,98	3,12
	850	Фрукты свежие по сезонности	100	47,00	0,40	0,40	9,80
	875	Напиток на выбор: Кофейный напиток злаковый на молоке или	200	126,86	3,79	3,40	19,47
	877-2	Чай*	200/5	- 19,95	-	-	- 5,00
	887	Сахар порционный*					
	25	Хлебная корзина	60	157,20	4,50	1,74	30,84
	18	Масло (порциями)	10	74,80	0,08	8,25	0,08
ИТОГО:			530	647,00	25,48	31,77	63,32

Зав. производством

Ответственный по питанию



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 1-4 классы

ДЕНЬ 4 (четверг)

Дата 16.10.2025г.

Прием пищи № рецептуры	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
410-2	Хлопья сладкие с молоком	150	247,84	6,95	3,65	49,46
21	Сыр полутвердый	15	54,60	3,48	4,43	-
875 877-2 887	Напиток на выбор: Кофейный напиток злаковый на молоке или Чай* Сахар порционный*	200 200/5	126,86 - 19,95	3,79 - -	3,40 - -	19,47 - 5,00
25	Хлебная корзина	60	157,20	4,50	1,74	30,84
850	Фрукты свежие по сезонности	100	47,00	0,40	0,40	9,80
1043	Печенье	20	83,40	1,50	1,96	14,88
ИТОГО:		545	716,90	20,62	15,58	124,45

251	Помидоры	20	4,80	0,22	0,04	0,76
234	Капуста свежая / Горошек консервированный	20	5,60	0,36	0,02	0,94
249	Огурцы свежие	20	2,80	0,16	0,02	0,50
793	Масло растительное	8	71,92	-	7,99	-
300	Суп картофельный с рисом	200	79,79	1,43	2,97	12,16
610 544	Второе блюдо на выбор: Котлеты рубленые (говядина) или Изделия рыбные формованные в панировке / Котлеты рыбные*	90 100	213,25 214,50	13,42 12,50	12,60 14,00	11,58 10,50
728	Картофель отварной с зеленью	150	162,27	3,13	5,56	24,86
892 921	Напиток на выбор: Кисель из смородины или Компот из кураги*	200	105,62 69,04	0,17 0,83	0,06 0,05	26,07 16,15
26	Хлебная корзина	80	197,60	5,24	1,60	40,32
ИТОГО:		798	808,31	23,87	32,25	106,19

1007	Вареники с творогом	150	319,73	13,94	12,43	38,91
780	Молоко сгущенное с сахаром	10	32,80	0,72	0,85	5,55
789	Соус ягодный	10	17,81	0,01	0,02	4,41
21	Сыр полутвердый	15	54,60	3,48	4,43	-
872-2 877-2 887	Напиток на выбор: Какао на молоке или Чай* Сахар порционный*	200 200/5	127,00 - 19,95	3,55 - -	3,35 - -	20,43 - 5,00
25	Хлебная корзина	60	157,20	4,50	1,74	30,84
850	Фрукты свежие по сезонности	100	47,00	0,40	0,40	9,80
ИТОГО:		550	649,09	23,05	19,87	94,50

Зав. производством

Ответственный по питанию



"Согласовано"

Директор



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 5-11 классы

ДЕНЬ 4 (четверг)

Дата 16.10.2025г

Прием пищи	№ рецептуры	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	410-2	Хлопья сладкие с молоком	250	413,07	11,58	6,09	82,43
	21	Сыр полутвердый	15	54,60	3,48	4,43	-
	875	Напиток на выбор:	200	126,86	3,79	3,40	19,47
	877-2	Кофейный напиток	200/5	- 19,95	-	-	- 5,00
	887	злаковый на молоке			-	-	
	25	Хлебная корзина	60	157,20	4,50	1,74	30,84
	850	Фрукты свежие по сезонности	100	47,00	0,40	0,40	9,80
	1043	Печенье	40	166,80	3,00	3,92	29,76
ИТОГО:			665	965,53	26,75	19,97	172,30

ОБЕД	251	Помидоры	35	8,40	0,39	0,07	1,33
	234	Капуста свежая / Горошек консервированный	35	9,80	0,63	0,04	1,65
	249	Огурцы свежие	35	4,90	0,28	0,04	0,88
	793	Масло растительное	8	71,92	-	7,99	-
	300	Суп картофельный с рисом	250	99,73	1,79	3,71	15,20
	610	Второе блюдо на выбор:	100	236,95	14,92	14,00	12,87
	544	Котлеты рубленые (говядина) или	125	268,12	15,63	17,50	13,13
	728	Картофель отварной с зеленью	180	194,72	3,76	6,67	29,83
	892	Напиток на выбор:	200	105,62	0,17	0,06	26,07
	921	Кисель из смородины или		69,04	0,83	0,05	16,15
		Компот из кураги*					
	26	Хлебная корзина	80	197,60	5,24	1,60	40,32
ИТОГО:			948	924,24	28,54	37,67	118,48

Зав. производством

Ответственный по питанию