

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «ТПШ»

О.В. Григорьева
Технолог ООО «ТПШ»

Т.В. Вежлева

СОГЛАСОВАНО:
Директор МОАУ «СОШ № 23»

Л.А. Спигина

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

по городским школьным столовым для организации питания учащихся 7-11 лет
на 2024-2025 учебный год

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся на 2024-25 гг.
возрастная категория с 7 до 11 лет

День недели	1 Неделя										Завтрак									
	Наименование блюд	Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Са	Mg	Fe	С	А	В1	В2						
понедельник	Сб. Москва №12	11,35	60	0,48	0,05	1,56	64	13,8	8,4	0,38	9	0	0,03	0,03						
	Сб. Москва № 265	25,01	205/10	12,85	15,98	48,8	357,1	209,6	39,12	1,23	2,69	0,09	0,18	0,16						
	54-2гн	2,08	200	0,2	0	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01						
	Рецептура№88 пр	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0,03	0,01						
	ИТОГО :	40,98	510	15,7	16,33	68,06	499,9	234,9	56,22	2,65	12,09	0,15	0,24	0,28						
вторник	Ед. сборник №308	32,92	90/30	11,49	10,86	6,54	187,7	70,72	28,2	1,65	1,21	0,04	0,06	0,1						
	Сб. Москва №443	19,77	150	3,24	5,59	32,75	186,9	69,5	16,5	0,8	8,91	0,08	0,12	0,15						
	Сб. Москва № 484	5,94	200	0	0	15	60	84	0	0,2	2,7	0	0,05	0,01						
	Рецептура№88 пр	2,90	40	2,48	0,32	12,8	60,46	8	5,6	0,35	0	0,03	0,03	0,05						
	ИТОГО :	61,53	510	17,21	16,77	67,09	495,1	232,2	50,3	3	12,82	0,15	0,26	0,31						
среда	Сб. Москва № 398	23,35	60	3,37	4,82	26,32	169,4	53,2	13,7	0,74	0,12	0,02	0,15	0,06						
	Сб. Москва № 327	20,67	200/5	8,92	9,75	32,37	257,7	105,2	32,45	1,35	6,9	0,04	0,13	0,16						
	54-3гн	5,16	200	1,6	1,1	8,7	50,9	57	9,9	0,6	10,3	0,09	0,01	0,07						
	Рецептура№88 пр	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0,03	0,01						
	ИТОГО :	51,72	500	16,06	15,97	78,59	530	222,4	60,95	3	17,32	0,18	0,32	0,3						
четверг	сб Москва№355	75,69	150/20	13,5	15,9	33,67	324,1	102,5	21,6	1,07	0,3	0,09	0,17	0,17						
	Сб. Москва № 462	13,94	200	3,3	2,9	13,08	94	111,3	22,2	0,65	0,7	0,02	0,03	0,03						
	Рецептура№88 пр	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0,03	0,01						
	пром.	26,52	130	0,04	0	15,74	105,6	54	12	1,5	12,6	0	0,04	0,09						
	ИТОГО :	118,69	535	19,01	19,1	73,69	575,7	274,8	60,7	3	13,6	0,14	0,27	0,3						
пятница	сб. Москва № 220	49,19	120	11,38	9,7	13,08	196,5	187,1	43,5	1,3	12,5	0,07	0,07	0,1						
	сб. Москва № 445	10,61	150	3,16	6,61	33,08	220,5	17,23	3,8	0,1	0	0,01	0,13	0,08						
	54-4гн	6,86	200	1,6	1,1	8,7	50,9	57	9,9	0,77	0,03	0,07	0,01	0,07						
	Рецептура№88 пр	2,90	40	2,48	0,32	12,8	60,46	8	5,6	0,35	0	0,03	0,03	0,05						
	ИТОГО :	69,56	510	18,62	17,73	67,66	528,4	269,3	62,8	3	12,53	0,18	0,24	0,3						
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	342,48		86,6	85,9	355,1	2629	1234	291	14,65	68,36	0,8	1,33	1,49						
	Средняя в день	68,50		17,32	17,18	71,02	525,8	246,7	58,19	2,9	13,67	0,16	0,3	0,298						

* овощи в нарезке и салаты - допускается выдача иных овощей или салатов сезонно

** допускается выдача различных фруктовых джемов и повидло.

*** Допускается выдача иных фруктов

**** Допускается замена на блюдо Рагу из овощей

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
По городским школьным столовым для питания учащихся на 2024-2025гг.
Возрастная категория с 7 до 11 лет

День недели	Наименование блюд	1 неделя												
		Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Са	Mg	Fe	C	A	B1	B2
понедельник	Сб. Москва № 20	16,71	60	0,6	3,6	2,6	45,5	39	9,6	1,2	9,2	0	0,04	0,06
	Сб. Москва №118	11,45	200	4,39	3,79	17,79	127	60,46	23,24	0,8	1,03	0,12	0,1	0,09
	сб. Москва № 208	67,04	200	18,3	19,51	51,03	432,1	180,72	29,77	0,9	2,1	0,1	0,16	0,24
	сб. Москва № 394	10,79	180	0,19	0,19	13,74	55,8	16,96	4,37	1,09	8,02	0	0,01	0,01
	Рецептура №88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03
	Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01
	ИТОГО :	111,12		26,84	27,64	112,01	771,21	348,14	84,78	4,79	20,35	0,22	0,38	0,44
	сб Москва №56	12,49	60	0,79	3,03	4,98	60	21,66	14,6	0,38	4,26	0	0,03	0,03
	Сб. Москва №150	14,31	200/5	1,58	4,3	7,46	75,2	33,95	16,9	0,3	4,71	0,2	0,07	0,05
	Сб.рецепт2017 № 282	45,47	90	15,28	12,81	16,25	191,02	98,65	28,1	1,5	2,12	0,03	0,11	0,18
сб. Москва № 445	10,61	150	3,16	6,61	33,8	220,5	17,23	3,8	0,1	0	0,01	0,13	0,13	
Сб.Уфа 2014 № 699	8,86	180	0,16	0,17	12,4	55,1	108,56	3,93	0,8	7,22	0	0,01	0,01	
Рецептура №88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03	
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01	
ИТОГО :	96,87		24,33	27,47	101,74	712,63	331,05	85,13	3,88	18,31	0,24	0,42	0,44	
среда	Салат Школьные годы*	14,12	60	0,71	3,07	2,11	89	49,25	9,5	0,4	5,22	0	0,02	0,02
	Суп картофельный с вермишелью	12,49	200	2,29	3,65	28,3	111,2	26,78	21,6	0,1	3,2	0,1	0,11	0,09
	Рагу из птицы	54,63	200	20,41	18,34	36,24	372	185,72	32,84	2,4	5,84	0,13	0,15	0,26
	Компот из смеси сухофруктов	6,32	180	0	0	8,98	93,6	18	0,00	1,1	4,7	0	0	0
	Хлеб домашний подовый	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03
	Хлеб ржаной	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01
	ИТОГО :	92,69		26,77	25,61	102,48	776,61	330,75	81,74	4,8	18,96	0,23	0,35	0,41
	Салат Стелпной с свежим огурцом*	9,9	60	0,98	3,06	9,48	43	62,1	9,8	0,08	9,7	0,01	0,05	0,06
	Суп Крестьянский	10,46	200	1,19	3,93	14,87	91,8	68,7	11,34	0,46	7,9	0,12	0,03	0,09
	Ежики мясные в соусе	52,34	90	11,71	11	33,86	238,5	119,92	23,55	1,03	2,7	0,06	0,16	0,08
Гороховое пюре	15,92	150	6,4	6,75	12,24	195	24,52	19,82	0,6	0	0,09	0,05	0,15	
Чай с сахаром	2,08	200	0,2	0	6,5	26,8	4,5	3,80	0,73	0,4	0,03	0	0,01	
Рецептура №88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03	
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01	
ИТОГО :	95,83		23,84	25,29	103,80	705,91	330,74	86,11	3,7	20,7	0,22	0,36	0,43	
пятница	Салат из белокочанной капусты*	5,64	60	0,92	3,04	5,42	52	30,97	8,7	0,37	10	0	0,01	0,02
	Борщ с фасолью и картофелем со сметан	14,37	200/5	5,45	3,7	8,76	80	38,2	15,4	1,29	6,16	0,07	0,04	0,2
	Ед. сборник № 364	59,85	90	10,3	11,6	15,4	151,2	126,4	20,1	1,6	0,14	0,04	0,1	0,08
	Сб. Москва №447	12,56	150	6,57	5,98	41,85	253,8	37,14	30	0,1	0	0,1	0,14	0,08
	Сб. Москва № 482	5,94	200	0	0	15	60	84	0	0,2	2,7	0	0,05	0,01
	Кисель из концентрата плодово-ягодный	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	1,8	0,4	0	0	0,045	0,03
	Хлеб домашний подовый	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01
	Хлеб ржаной	103,49		26,6	24,87	113,28	707,81	367,71	87,5	4,26	19	0,21	0,41	0,43
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	500,00		128,38	130,88	533,31	3674,2	1708,4	425,26	21,43	97,32	1,12	1,92	2,15
	Средняя в день	100,00		25,676	26,176	106,66	734,83	341,68	85,062	4,29	19,464	0,22	0,38	0,43

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
По городским школьным столовым для питания учащихся на 2024-2025 гг
Возрастная категория с 7 до 11 лет

№ недели	2 неделя										Завтрак									
	Наименование блюда	Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Са	Mg	Fe	С	A	B1	B2						
понедельник	сб. Москва № 395	53,69	155	15,3	14,56	34,53	287,1	161,2	28,7	0,46	1,53	0,04	0,21	0,17						
	54-4гн	2,08	200	0,2	1,1	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01						
	Рецептура №88 пр	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01						
	Пром	26,52	130	0,04	0	15,74	105,6	54	13	1,5	12,6	0,04	0,04	0,09						
	ИТОГО :	84,83	520	17,71	15,96	67,97	471,5	226,7	50,4	3	14,53	0,14	0,25	0,28						
вторник	54-25м	47,34	90	11,69	6,13	3,96	113,8	120,7	45,5	1,99	12,2	0,09	0,08	0,06						
	сб. Москва № 445	12,74	180	3,79	7,93	39,69	254,6	40,68	4,56	0,12	0	0,02	0,15	0,15						
	Сб. Москва № 422	8,66	200	1,4	1,6	22,31	105	60,4	7	0,09	0,65	0,01	0,02	0,07						
	Рецептура №88 пр	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01						
	ИТОГО :	71,28	505	19,05	15,96	77,16	525,4	228,8	61,96	2,51	12,85	0,15	0,25	0,29						
среда	сб. Москва №90	17,47	20/40	7,7	2,7	19,62	137,3	73,8	15,5	0,52	2,32	0,04	0,07	0,08						
	Сб. Москва № 321	19,83	205	7,22	13,51	31,19	277,2	137,9	27,12	1,4	1,19	0,06	0,18	0,15						
	54-3гн	5,16	200	1,6	1,1	8,7	50,9	57	9,9	0,6	10,3	0,03	0,01	0,07						
	Пр. производство	6,70	36	1,8	2,4	11,6	70,8	4,8	7,2	0,36	0	0,01	0,04	0,05						
	ИТОГО :	49,16	501	18,32	19,71	71,11	536,2	273,5	59,72	2,88	13,81	0,14	0,3	0,35						
четверг	сб. Москва № 62	7,08	60	0,74	0,06	6,88	69,2	15,5	21,6	0,4	2,02	0,11	0,05	0,2						
	Единый сб. № 276	58,38	200	13	16,2	44,2	298,5	143	23,8	1,7	7,3	0,03	0,16	0,11						
	Сб. Москва № 484	5,94	200	0	0	15	60	84	0	0,2	2,7	0	0,05	0,01						
	Рецептура №88 пр	2,90	40	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01						
	ИТОГО :	74,30	500	15,91	16,56	77,28	479,7	249,5	50,3	2,61	12,02	0,17	0,26	0,33						
пятница	Сб. Москва № 157	43,23	90	8,8	8,91	15,21	216,3	172,4	17	1,41	13,96	0,08	0,1	0,13						
	Сб. Москва № 447	15,06	180	6,57	5,98	41,85	253,8	37,14	30,09	0,1	0	0,01	0,14	0,17						
	54-4гн	2,08	200	0,2	1,1	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01						
	Рецептура №88 пр	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01						
	ИТОГО :	62,91	505	17,74	16,29	74,76	548,9	221,1	55,79	2,55	14,36	0,15	0,24	0,32						
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ	342,48		88,73	84,48	368,3	2562	1200	278,2	13,55	67,57	0,75	1,3	1,57							
Средняя в день		68,50		17,75	16,9	73,66	512,3	239,9	55,63	2,71	13,51	0,15	0,26	0,31						

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся на 2024-25 гг.

Возрастная категория с 7 до 11лет

День недели	2 неделя										Обед			
	Наименование блюда	Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Са	Mg	Fe	C	A	B1	B2
понедельник	сб Москва № 38	14,12	60	0,71	3,07	2,11	89	49,25	9,5	0,4	5,22	0	0,02	0,02
	Сб.Москва №103	16,65	200/5	2,02	7,4	14,1	106,4	50,76	15,6	1	13	0,02	0,08	0,06
	Сб.Москва №205	39,75	90	14,24	9,1	11,71	189,7	110,3	12	1,52	0,03	0,09	0,06	0,21
	Сб.Москва №447	12,56	150	6,57	5,98	41,85	253,8	37,14	30	0,1	0	0,1	0,14	0,08
	Сб.Москва № 484	5,94	200	0	0	15	60	84	0	0,2	2,7	0	0,05	0,01
	Рецептура№88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01	
	ИТОГО :	94,15		26,9	26,1	111,6	809,7	382,5	84,9	4,02	20,95	0,21	0,42	0,42
вторник	Единый сборник № 15	15	60	0,48	3,6	1,56	60,8	11,4	7,8	0,32	3,5	0	0,02	0,09
	Сб.рец1982№108	12,94	200	4,86	3,65	28,9	98,3	61,77	12,04	0,01	2,6	0,12	0,09	0
	Ед. сборник №308	32,92	90/30	11,49	10,86	6,54	187,7	70,72	28,2	1,65	1,21	0,04	0,06	0,14
	Сб.Москва №443	19,77	150	3,24	5,59	32,75	186,9	69,5	16,5	0,8	3,91	0,08	0,12	0,15
	Сб. Уфа 2014 № 699	9,84	200	0,18	0,19	13,97	61,2	120,6	4,37	1,09	8,02	0	0,02	0,01
	Рецептура№88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01	
	ИТОГО :	95,6		23,61	24,44	110,6	705,7	385	86,71	4,67	19,24	0,24	0,38	0,43
среда	Сб. Москва №37	12,57	60	2,13	7,15	5,39	95	38,94	7,21	0,61	3,4	0,02	0,05	0,06
	Сб.Москва №150	14,31	200/5	1,58	4,3	17,46	75,2	33,95	16,9	0,3	4,7	0,2	0,07	0,05
	сб. Москва № 191	42,37	100	10,84	8,9	37,44	237,5	170,3	21,87	1,51	8,2	0,01	0,12	0,13
	Сб.2004г №104	15,92	150	6,4	6,75	12,24	195	24,52	19,82	0,6	0	0,09	0,05	0,15
	Сб.Москва №395	6,32	180	0	0	8,98	93,6	18	0	1,1	4,7	0	0	0
	Рецептура№88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01	
	ИТОГО :	96,62		24,31	27,65	108,4	807,1	336,7	83,6	4,92	21	0,24	0,36	0,43
четверг	Сб.Москва № 61	16,91	60	0,65	3,08	2,76	60	72,08	10,61	0,5	12,2	0	0,02	0,02
	Сб.Москва №122	12,49	200	2,29	3,65	28,3	111,2	26,78	21,6	0,1	3,2	0,1	0,11	0,09
	Сб.Москва № 170	61,73	75/30	12,72	11,39	10,78	189,1	115,4	11,83	1,7	0,67	0,03	0,15	0,18
	54-5г	12,97	150	4,42	4,25	30,45	187,1	19,5	14,25	0,3	0	0,02	0,04	0,03
	54-3гн	5,16	200	1,6	1,1	8,7	50,9	57	9,9	0,6	10,3	0,09	0,01	0,07
	Рецептура№88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01	
	ИТОГО :	114,39		25,04	24,02	107,8	709,1	341,8	85,99	4,00	20,48	0,24	0,4	0,43
пятница	Сб.Москва №45	5,64	60	0,92	3,04	5,42	52	30,97	8,7	0,37	10	0	0,01	0,02
	сб. Москва № 98	16,9	200/5	4,94	3,7	18,76	118	36,4	15,4	0,9	3,38	0,13	0,08	0,09
	сб. Москва № 220	49,19	120	11,38	9,7	13,08	196,5	187,1	33,5	1,3	1,25	0,07	0,07	0,14
	Сб.Москва №445	10,61	150	3,16	6,61	33,8	220,5	17,23	3,8	0,1	0	0,01	0,13	0,13
	Сб. 2004г № 631	11,99	200	0,21	0,21	15,27	62	18,84	4,85	1,21	8,91	0	0,01	0,01
	Рецептура№88 пр	3,25	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0	0,045	0,03
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0	0,025	0,01	
	ИТОГО :	99,46		23,97	23,81	113,2	759,8	341,5	84,05	4,68	23,54	0,21	0,37	0,43
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:		500,22		123,8	126	551,6	3791	1680	425,3	22,29	105,2	1,14	1,93	2,14
Средняя в день		100,04		24,77	25,2	110,3	758,3	336	85,05	4,46	21,04	0,23	0,39	0,43