

директор

меню (12 лет и старше БП, РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 15 | Сыр порциями | ККАЛ-56, Б-4, Ж-5 | 15-00 |
| 10 | Масло сливочное | ККАЛ-66, Ж-7 | 16-00 |
| 52 | Яйцо вареное | ККАЛ-71, Б-6, Ж-5 | 12-00 |
| 250 | Каша пшеничная молочная с маслом | ККАЛ-223, Б-8, Ж-5, У-31 | 40-00 |
| | <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small> | | |
| 200 | Какао с молоком | ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15 | 21-00 |
| | <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small> | | |
| 40 | Батон белый | ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20 | 6-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | | 113-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 55 | Огурец свежий порционный | ККАЛ-8, У-1 | 11-00 |
| | <small>огурцы св. зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св. соль</small> | | |
| 100 | Биточки школьные | ККАЛ-305, Б-12, Ж-13, У-15 | 62-00 |
| | <small>фарш мясной, хлеб белый в блоках, сахар паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль поваренная</small> | | |
| 180 | Макаронные отварные (рожки) | ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23 | 25-00 |
| | <small>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small> | | |
| 200 | Напиток из шиповника | ККАЛ-97, Б-1, У-20 | 9-00 |
| | <small>шиповник, сахар-песок</small> | | |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | | 113-00 |
| Итого за день | | | 226-00 |

Директор
МБОУ СОШ № 8МБОУ СОШ № 8
Ф.И.О. директора

Ф.И.О. директора



меню (7-11 лет БП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 10 | Сыр порциями | ККАЛ-38, Б-2, Ж-3 | 10-00 |
| 52 | Яйцо вареное | ККАЛ-71, Б-6, Ж-5 | 12-00 |
| 220 | Каша пшеничная молочная с маслом | ККАЛ-196, Б-7, Ж-5, У-27 | 35-00 |
| | <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</small> | | |
| 200 | Какао с молоком | ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15 | 21-00 |
| | <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small> | | |
| 20 | Батон белый | ККАЛ-52, Б-2, Ж-1, У-10 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | | 84-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 90 | Биточки школьные | ККАЛ-275, Б-11, Ж-12, У-13 | 50-00 |
| | <small>фарш мясной, хлеб белый в блоках, сахар паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль поваренная</small> | | |
| 155 | Макаронные отварные (рожки) | ККАЛ-162, Б-5, Ж-8, У-20 | 19-00 |
| | <small>макаронные (рожки), масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small> | | |
| 200 | Напиток из шиповника | ККАЛ-97, Б-1, У-20 | 9-00 |
| | <small>шиповник, сахар-песок</small> | | |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | | 84-00 |
| Итого за день | | | 168-00 |

МБОУ СОШ № 8
Ф.И.О. директора

Ф.И.О. директора



20.09.2022

меню (12 лет и старше БП, РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 55 | Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i> | ККАЛ-8, У-1 | 11-00 |
| 250 | Каша Новгородская гречневая с курицей <i>куры грудки, гречка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i> | ККАЛ-453, Б-14, Ж-16, У-63 | 80-00 |
| 200 | Чай с молоком <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</i> | ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15 | 15-00 |
| 30 | Батон белый | ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-689, Б-21, Ж-20, У-104 | 113-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 70 | Помидор свежий порционный <i>помидоры св, масло растительное</i> | ККАЛ-15, Б-1, У-3 | 13-00 |
| 300 | Рагу из мяса, овощей Семейка" <i>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль поваренная</i> | ККАЛ-569, Б-14, Ж-26, У-62 | 83-00 |
| 200 | Компот из вишни <i>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</i> | ККАЛ-127, У-32 | 11-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-832, Б-19, Ж-26, У-122 | 113-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 521, Б-40, Ж-46, У-226 | 226-00 |



МБОУ СОШ № 8

20.09.2022

меню (7-11 лет БП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 10 | Огурец свежий порционный <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i> | ККАЛ-1 | 2-00 |
| 235 | Каша Новгородская гречневая с курицей. <i>куры грудки, гречка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i> | ККАЛ-286, Б-13, Ж-15, У-35 | 60-00 |
| 200 | Чай с молоком <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</i> | ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15 | 15-00 |
| 30 | Батон белый | ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-515, Б-20, Ж-19, У-75 | 84-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 240 | Рагу из мяса, овощей Семейка" <i>картофель св, свинина мясная нежирная п/ф, морковь свежая, лук репка, горошек зеленый консервир., масло сливочное 72,5%, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль поваренная</i> | ККАЛ-455, Б-12, Ж-20, У-49 | 67-00 |
| 200 | Компот из вишни <i>вишня сухая, сахар-песок, лимонная кислота</i> | ККАЛ-127, У-32 | 11-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-703, Б-16, Ж-20, У-106 | 84-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 218, Б-36, Ж-39, У-181 | 168-00 |



21.09.2022

меню (12 лет и старше БП, РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 100 | Гуляш из курицы с луком. <small>кури-филе, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука в.с., томат-паста, соль йодированная</small> | ККАЛ-137, Б-12, Ж-9, У-4 | 62-00 |
| 195 | Гарнир Рис отварной <small>рис о.л., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-235, Б-2, Ж-7, У-40 | 34-00 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, кофейный напиток</small> | ККАЛ-89, Б-3, Ж-3, У-13 | 11-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-582, Б-21, Ж-19, У-82 | 113-00 |
| обед | | | |
| 100 | Помидор свежий с кукурузой <small>помидоры свежие, кукуруза консервированная, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-112, Б-1, Ж-9, У-6 | 30-00 |
| 100 | Фрикадельки мясные с соусом томат <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, мука в.с., молоко сухое 25%, масло растительное, морковь свежая, томат-паста, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-220, Б-12, Ж-13, У-14 | 44-00 |
| 200 | Гарнир каша гречка вязкая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-152, Б-5, Ж-8, У-18 | 27-00 |
| 200 | Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-66, У-16 | 5-00 |
| 40 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-94, Б-3, У-20 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-695, Б-23, Ж-30, У-84 | 113-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 277, Б-44, Ж-49, У-166 | 226-00 |

Фельдшер

МБОУ СОШ №

21.09.2022

меню (7-11 лет БП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 90 | Гуляш из курицы с луком. <small>кури-филе, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука в.с., томат-паста, соль йодированная</small> | ККАЛ-124, Б-11, Ж-8, У-4 | 47-00 |
| 155 | Гарнир Рис отварной <small>рис о.л., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-187, Б-2, Ж-6, У-32 | 27-00 |
| 200 | Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small> | ККАЛ-41, У-10 | 3-00 |
| 30 | Батон белый | ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-481, Б-17, Ж-15, У-71 | 84-00 |
| обед | | | |
| 60 | Икра свекольная <small>свекла свежая, масло растительное, лук репчатый, сахар-песок, чеснок свежий, соль йодированная</small> | ККАЛ-154, Б-1, Ж-6, У-21 | 8-00 |
| 100 | Фрикадельки мясные с соусом томат <small>фарш мясной, хлеб белый в крошки, мука в.с., молоко сухое 25%, масло растительное, морковь свежая, томат-паста, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small> | ККАЛ-220, Б-12, Ж-13, У-14 | 44-00 |
| 155 | Гарнир каша гречка вязкая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-118, Б-4, Ж-6, У-14 | 21-00 |
| 200 | Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-66, У-16 | 5-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-679, Б-21, Ж-25, У-90 | 84-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 160, Б-38, Ж-40, У-161 | 168-00 |

Фельдшер



22.09.2022

МБОУ СОШ № _____

22.09.2022

меню (12 лет и старше БП, РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 17 | Сыр порциями | ККАЛ-64, Б-4, Ж-5 | 16-00 |
| 230 | Суфле творожное с вермишелью <small>творог: свежий 9%, вермишель, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сахар паниров., сметана 15%, соль йодированная, масло растительное</small> | ККАЛ-197, Б-7, Ж-14, У-21 | 73-00 |
| 50 | Подливка из сгущенного молока <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, мука в/с</small> | ККАЛ-89, Б-2, Ж-2, У-15 | 12-00 |
| 200/6 | Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small> | ККАЛ-43, У-11 | 5-00 |
| 30 | Батон белый | ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-522, Б-17, Ж-22, У-72 | 113-00 |
| обед | | | |
| 10 | Огурец солёный консервированный | ККАЛ-1 | 5-00 |
| 100/50 | Тефтели Морячок'ё соусом <small>минтай филе, рис, лук репка, мука в/с, масло сливочное 72,5%, масло растительное, яйцо, молоко сухое 25%, соль йодированная</small> | ККАЛ-173, Б-10, Ж-8, У-15 | 59-00 |
| 180 | Гарнир сложный картофель+капуста <small>капуста белокачанная свежая, картофель св., масло сливочное 72,5%, лук репка, молоко сухое 25%, морковь свежая, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-99, Б-3, Ж-4, У-16 | 26-00 |
| 200 | Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-87, Б-1, У-20 | 17-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-481, Б-18, Ж-12, У-76 | 113-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 003, Б-35, Ж-34, У-148 | 226-00 |

Директор
МБОУ СОШ
№ 8 Ярославль
Л.И.



Фельдшер

меню (7-11 лет БП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| завтрак | | | |
| 190 | Суфле творожное с вермишелью <small>творог: свежий 9%, вермишель, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сахар паниров., сметана 15%, соль йодированная, масло растительное</small> | ККАЛ-163, Б-6, Ж-11, У-17 | 60-00 |
| 50 | Подливка из сгущенного молока <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, мука в/с</small> | ККАЛ-89, Б-2, Ж-2, У-15 | 12-00 |
| 200/6 | Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small> | ККАЛ-43, У-11 | 5-00 |
| 30 | Батон белый | ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-424, Б-12, Ж-14, У-68 | 84-00 |
| обед | | | |
| 110 | Тефтели Морячок'ё соусе <small>минтай филе, рис, лук репка, мука в/с, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, яйцо, соль йодированная</small> | ККАЛ-173, Б-10, Ж-8, У-15 | 40-00 |
| 150 | Гарнир сложный картофель+капуста <small>капуста белокачанная свежая, картофель св., масло сливочное 72,5%, лук репка, молоко сухое 25%, морковь свежая, томат-паста, мука в/с, соль йодированная, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-82, Б-2, Ж-3, У-13 | 22-00 |
| 200 | Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок, лимонная кислота</small> | ККАЛ-87, Б-1, У-20 | 17-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 20 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-34, Б-1, У-7 | 2-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-446, Б-16, Ж-11, У-70 | 84-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-870, Б-28, Ж-25, У-138 | 168-00 |



Фельдшер

23.09.2022

меню (12лет и старшеБП,РП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 100 | Помидор свежий порционный <i>помидоры св. масло растительное</i> | ККАЛ-21, Б-1, У-4 | 19-00 |
| 200 | Омлет с сыром <i>яйцо, масло сливочное 72,5%, сыр твердый (типа российский), молоко сухое 25%, соль поваренная</i> | ККАЛ-413, Б-14, Ж-24, У-40 | 81-00 |
| 200 | Чай Витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i> | ККАЛ-70, Б-1, У-15 | 6-00 |
| 30 | Батон белый | ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-633, Б-20, Ж-25, У-84 | 113-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 35 | Кукуруза порциями | ККАЛ-22, Б-1, Ж-1, У-4 | 20-00 |
| 100 | Ёжики кур <i>кури грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-138, Б-11, Ж-11, У-14 | 48-00 |
| 190 | Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-209, Б-12, Ж-6, У-26 | 21-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 18-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-582, Б-29, Ж-18, У-89 | 113-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 215, Б-49, Ж-43, У-173 | 226-00 |



Ф.И.О.:

МБОУ СОШ №

23.09.2022

меню (7-11 летБП)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>завтрак</u> | | | |
| 45 | Помидор свежий порционный <i>помидоры св. масло растительное</i> | ККАЛ-10, У-2 | 8-00 |
| 195 | Омлет <i>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</i> | ККАЛ-302, Б-10, Ж-12, У-20 | 63-00 |
| 200 | Чай Витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i> | ККАЛ-70, Б-1, У-15 | 6-00 |
| 30 | Батон белый | ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, У-15 | 4-00 |
| 30 | Хлеб ржаной | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за завтрак | | ККАЛ-511, Б-15, Ж-13, У-62 | 84-00 |
| <u>обед</u> | | | |
| 90 | Ёжики кур <i>кури грудка, рис, лук репка, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-125, Б-10, Ж-10, У-13 | 43-00 |
| 150 | Горошница - пюре <i>горох сухой, лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i> | ККАЛ-165, Б-9, Ж-5, У-20 | 17-00 |
| 200 | Сок фруктовый | ККАЛ-92, Б-1, У-20 | 18-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный | ККАЛ-70, Б-2, У-15 | 3-00 |
| 30 | Хлеб ржаной. | ККАЛ-51, Б-2, У-10 | 3-00 |
| Итого за обед | | ККАЛ-503, Б-24, Ж-15, У-78 | 84-00 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 014, Б-39, Ж-28, У-140 | 168-00 |



Ф.И.О.: