



директор школы:

Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

Л.Б. Кайдашова

Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах 01.03.2025
весенне-летний период

| неделя | дни | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | Выход | Бел. | Жир | Угл | Кал |
|---|--------|---|--------|-----------------------------|--------|-------|--------|
| 1 | | Каша молочная "дружба" с маслом сливочным | 205 | 6,78 | 6,28 | 38,28 | 236,79 |
| | | Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным | 55 | 6,1 | 10,13 | 15,18 | 177,5 |
| | | Яйцо вареное вкрутую | 45 | 5,36 | 4,5 | 0,27 | 63,63 |
| | | Чай с сахаром | 200 | 0,09 | 0,02 | 12,01 | 48,61 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | итого | 695,00 | 19,28 | 20,93 | 87,97 | 615,83 |
| | | 2 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 70 | | | 12,6 | 5,95 | 15,49 | 166,07 |
| Макароны отварные с сыром и маслом | 100 | | | 5,65 | 4,37 | 19,1 | 138,49 |
| Чай с сахаром | 200 | | | 0,09 | 0,02 | 15,03 | 57,19 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 30 | | | 2,28 | 0,27 | 14,52 | 69,6 |
| Фрукты мытые поштучно | 100 | | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| ИТОГО | | | | | | | |
| Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 190 | | | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| ИТОГО | | | | | | | |
| итого | 690,00 | 21,97 | 11,01 | 96,17 | 565,05 | | |
| 3 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Бройлерный цыпленок тушеный в соусе | 125 | 19,59 | 22,84 | 3,26 | 294,88 |
| | | Каша рассыпчатая гречневая | 130 | 6,93 | 4,71 | 36,88 | 208 |
| | | Чай с лимоном | 205 | 0,23 | 0,05 | 15,17 | 62,04 |
| | | Хлеб пшеничный из муки в/с | 30 | 2,28 | 0,27 | 14,52 | 69,6 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | итого | 680,00 | 29,98 | 27,87 | 92,06 | 723,82 |
| 4 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Вареники с картофелем из п/ф с маслом | 153 | 6,39 | 6,0 | 46,24 | 267,33 |
| | | Сыр порциями | 10 | 2,63 | 2,66 | 0 | 34,46 |
| | | Чай с сахаром | 200 | 0,09 | 0,02 | 12,01 | 48,61 |
| | | Батон нарезной | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,5 |
| | | Яблоко | 120 | 0,5 | 0 | 13,56 | 55,2 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| итого | 703,00 | 12,81 | 9,55 | 109,46 | 574,40 | | |
| 5 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Котлеты мясо-картофельные "по-хлыновски" | 50 | 7,65 | 11,31 | 4,06 | 146,31 |
| | | Соус томатный | 30 | 0,21 | 1,2 | 1,47 | 17,36 |
| | | Макароны отварные | 150 | 7,1 | 3,91 | 32,81 | 187,78 |
| | | Чай с замороженными ягодами и сахаром | 200 | 0,28 | 0,09 | 10,7 | 44,68 |
| | | Хлеб пшеничный из муки в/с | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,36 | 92,8 |
| | | Вафли | 36 | 2,3 | 11,2 | 20,74 | 189,7 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| ИТОГО | | | | | | | |
| итого | 696,00 | 21,53 | 28,07 | 111,37 | 767,93 | | |
| 1 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Каша молочная пшеничная вязкая с маслом сливочным | 205 | 7,74 | 7,1 | 34,25 | 231,87 |
| | | Яйцо вареное вкрутую | 45 | 5,36 | 4,5 | 0,27 | 63,63 |
| | | Чай с лимоном | 205 | 0,23 | 0,05 | 15,17 | 62,04 |
| | | Батон нарезной | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,5 |
| | | Печенье | 12 | 0,96 | 2,64 | 8,4 | 64,8 |
| | | Яблоко | 130 | 0,5 | 0 | 14,3 | 59,8 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| ИТОГО | | | | | | | |
| итого | 817,00 | 17,99 | 15,16 | 110,04 | 650,94 | | |
| 2 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Пельмени с курицей | 150 | 15,2 | 7,6 | 33,12 | 262,2 |
| | | Масло сливочное на полив | 2 | 0,02 | 1,3 | 0,02 | 11,64 |
| | | Чай с сахаром | 200 | 0,09 | 0,02 | 12,01 | 48,61 |
| | | Хлеб пшеничный из муки в/с | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,36 | 92,8 |
| | | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| | | Печенье | 10 | 0,7 | 2 | 6,4 | 47 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| ИТОГО | | | | | | | |
| итого | 692,00 | 20,40 | 11,68 | 102,94 | 595,95 | | |
| 3 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят | 60 | 10,49 | 5,52 | 10,1 | 130,55 |
| | | Каша рассыпчатая гречневая | 130 | 6,93 | 4,71 | 36,88 | 208 |
| | | Чай с лимоном | 205 | 0,23 | 0,05 | 10,18 | 42,08 |
| | | Хлеб пшеничный из муки в/с | 30 | 2,28 | 0,27 | 14,52 | 69,6 |
| | | Печенье | 11 | 0,88 | 2,42 | 7,5 | 59,4 |
| | | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| ИТОГО | | | | | | | |
| итого | 626,00 | 21,76 | 12,97 | 101,41 | 598,93 | | |
| 4 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Каша молочная рисовая с маслом сливочным | 205 | 4,85 | 5,68 | 30,49 | 192,41 |
| | | Сыр порциями | 10 | 2,63 | 2,66 | 0 | 34,46 |
| | | Блинчики | 64 | 2,25 | 3,84 | 15,69 | 108,21 |
| | | Чай с сахаром | 200 | 0,09 | 0,02 | 12,01 | 48,61 |
| | | Батон нарезной | 40 | 1,67 | 1,2 | 20,3 | 75 |
| | | Пирожное | 30 | 1,35 | 4,8 | 19,5 | 126 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| ИТОГО | | | | | | | |
| итого | 739,00 | 13,79 | 18,20 | 120,22 | 673,99 | | |
| 5 | | Школ.завтрак 68,52 ОВЗ Орск | | | | | |
| | | Яблоко | 135 | 0,62 | 0 | 9,94 | 59,4 |
| | | Гуляш | 50 | 6,09 | 14,7 | 1,9 | 161,12 |
| | | Макароны отварные | 150 | 7,1 | 3,91 | 32,81 | 187,78 |
| | | Чай с замороженными ягодами и сахаром | 200 | 0,28 | 0,09 | 10,7 | 44,68 |
| | | Хлеб пшеничный из муки в/с | 20 | 1,52 | 0,18 | 9,68 | 46,4 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| | | Школ.завтрак ОВЗ (второй) 13,3 | | | | | |
| | | Сок фруктовый | 190 | 0,95 | 0 | 22,23 | 89,3 |
| | | ИТОГО | | | | | |
| итого | 745,00 | 16,56 | 18,88 | 87,26 | 588,68 | | |