

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.



Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000960  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

**МЕНЮ на 11.03.2024**

Дети с 7 до 11 лет

Бесплатно

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
15/М	91	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
15/М	91	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
209/М	91	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
174/М/ССЖ	91	Каша вязкая молочная из рисовой крупы, 200/5/5	210	46,52	7,93	8,66	41,38	276,34
377/М/ССЖ	91	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	91	Хлеб пшеничный	40	7,00	0,4	0,3	10,3	47,00
338/М	91	Яблоко	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>715</b>	<b>112,02</b>	<b>17,63</b>	<b>25,67</b>	<b>73,15</b>	<b>601,63</b>
<b>Обед</b>								
37/М/ССЖ	132	Салат из свежих помидоров и перца	60	39,26	0,67	4,09	2,28	49,64
99/М/ССЖ	132	Суп из овощей с курицей со сметаной, 200/15/10	225	48,00	3,42	8,25	8,84	123,94
251/М/ССЖ	132	Поджарка из говядины	90	58,20	20,07	11,46	4,2	200,94
171/М/ССЖ	132	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,00	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	132	Сок фруктовый	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	132	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	132	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>795</b>	<b>173,46</b>	<b>36,37</b>	<b>29,34</b>	<b>97,27</b>	<b>803,26</b>
<b>Полдник</b>								
412/М/ССЖ	43	Пицца Школьная	80	68,44	9,49	12,99	22,26	237,9
377/М/ССЖ	43	Чай с сахаром	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
338/М	43	Мандарин	100	45,00	0,6	0,6	15,4	72
<b>Итого за Полдник</b>			<b>280</b>	<b>117,44</b>	<b>9,75</b>	<b>13,02</b>	<b>33,52</b>	<b>285,69</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 790</b>	<b>402,92</b>	<b>63,75</b>	<b>68,03</b>	<b>203,94</b>	<b>1 690,58</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уринов А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 11.03.2024

Дети с 12 лет и старше

Бесплатно

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
15/М	97	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
15/М	97	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
209/М	97	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
174/М/ССЖ	97	Каша вязкая молочная из рисовой крупы, 200/5/5	210	54,40	7,93	8,66	41,38	276,34
377/М/ССЖ	97	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	97	Хлеб пшеничный	40	7,00	0,4	0,3	10,3	47,00
338/М	97	Яблоко	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>715</b>	<b>119,90</b>	<b>17,63</b>	<b>25,67</b>	<b>73,15</b>	<b>601,63</b>
<b>Обед</b>								
37/М/ССЖ	84	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	100	45,15	0,67	4,09	2,28	49,64
99/М/ССЖ	84	Суп из овощей с курицей со сметаной, 250/15/10	275	59,15	3,42	8,25	8,84	123,94
251/М/ССЖ	84	Поджарка из говядины	100	71,05	20,07	11,46	4,2	200,94
171/М/ССЖ	84	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,00	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	84	Сок фруктовый	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	84	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	84	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>925</b>	<b>208,35</b>	<b>36,37</b>	<b>29,34</b>	<b>97,27</b>	<b>803,26</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 640</b>	<b>328,25</b>	<b>54,00</b>	<b>55,01</b>	<b>170,42</b>	<b>1 404,89</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

УТВЕРЖДАЮ  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ  
Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT



МЕНЮ на 12.03.2024

Бесплатно

Дети с 7 до 11 лет

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	92	Масло сливочное	10	9,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	92	Сыр полутвердый	15	5,00	3,48	4,43		54,6
172/М	92	Хлопья кукурузные с молоком 200/50	250	46,52	6,45	4,59	22,76	160,02
209/М	92	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
377/М/ССЖ	92	Чай с сахаром	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	92	Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	92	Банан	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>755</b>	<b>112,02</b>	<b>18,91</b>	<b>21,70</b>	<b>63,55</b>	<b>532,31</b>
<b>Обед</b>								
49/М/ССЖ	133	Салат витаминный (капуста, лук, морковь, зеленый горошек)	60	37,46	1,26	5,11	3,76	66,19
98/М/ССЖ	133	Суп крестьянский с рисом с говядиной, 200/10	210	44,00	3,90	9,20	12,03	141,95
322/К/ССЖ	133	Куриное филе в сырном соусе	90	61,00	16,14	13,43	0,72	186,71
202/М/ССЖ	133	Макароньы отварные	150	18,00	5,83	0,69	37,37	179,14
342/М/ССЖ	133	Компот из черной смородины, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	133	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	133	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>760</b>	<b>173,46</b>	<b>32,38</b>	<b>29,25</b>	<b>104,37</b>	<b>806,89</b>
<b>Полдник</b>								
	43	Питта с сыром	75	59,40	13,38	22,34	30,59	367,94
	43	Сок фруктовый	200	23,04	1	0,2	20,2	92
338/М	43	Виноград	100	35,00	1,5	1	21,0	96
<b>Итого за Полдник</b>			<b>275</b>	<b>117,44</b>	<b>14,38</b>	<b>22,54</b>	<b>50,79</b>	<b>459,94</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1810</b>	<b>402,92</b>	<b>65,67</b>	<b>73,49</b>	<b>218,71</b>	<b>1799,14</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

УТВЕРЖАЮ:  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уткин А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 12.03.2024



Бесплатно

Дети с 12 лет и старше

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	99	Масло сливочное	10	9,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	99	Сыр полутвердый	15	5,00	3,48	4,43		54,6
172/М	99	Хлопья кукурузные с молоком 200/50	250	54,40	6,45	4,59	22,76	160,02
209/М	99	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
377/М/ССЖ	99	Чай с сахаром	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	99	Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	99	Банан	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>755</b>	<b>119,90</b>	<b>18,91</b>	<b>21,70</b>	<b>63,55</b>	<b>532,31</b>
<b>Обед</b>								
49/М/ССЖ	86	Салат витаминный (капуста, лук, морковь, зеленый горошек)	100	42,05	1,26	5,11	3,76	66,19
98/М/ССЖ	86	Суп крестьянский с рисом с говядиной, 250/10	250	55,15	3,90	9,20	12,03	141,95
322/К/ССЖ	86	Куриное филе в сырном соусе	100	78,15	16,14	13,43	0,72	186,71
202/М/ССЖ	86	Макароны отварные	180	20,00	5,83	0,69	37,37	179,14
342/М/ССЖ	86	Компот из черной смородины, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	86	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	86	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>910</b>	<b>266,35</b>	<b>32,38</b>	<b>29,25</b>	<b>104,37</b>	<b>806,89</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 665</b>	<b>326,25</b>	<b>51,29</b>	<b>50,95</b>	<b>167,92</b>	<b>1 339,20</b>

Завпроизводством

*Катанцева Я.В.*

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 13.03.2024

Дети с 7 до 11 лет

Бесплатно

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
15/М	92	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
222/М/ССЖ	92	Пудинг из творога (запеченный) с соусом ягодным, 150/30	180	56,02	24,0	13,49	29,08	338,91
378/М/ССЖ	92	Чай с молоком, 200/11	200	10,00	1,82	1,42	13,74	75,65
	92	Хлеб пшеничный	40	7,00	0,4	0,3	10,3	47,00
338/М	92	Груша	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>635</b>	<b>112,02</b>	<b>30,10</b>	<b>20,04</b>	<b>62,92</b>	<b>563,16</b>
<b>Обед</b>								
53/М/ССЖ	133	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	32,50	3,32	6,65	3,8	88,66
102/М/ССЖ	133	Суп картофельный с бобовыми (горохом) с курицей, 200/10	210	46,86	6,6	7,98	15,42	160,09
268/М/ССЖ	133	Котлеты домашние из мяса говядины и свинины с соусом сметанно-томатным 90/30	120	61,10	15,19	16,84	18,60	286,96
128/М/ССЖ	133	Картофельное пюре	150	20,00	2,99	5,27	16,39	129,8
349/М/ССЖ	133	Компот из сухофруктов, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	133	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	133	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>810</b>	<b>173,46</b>	<b>33,31</b>	<b>37,56</b>	<b>104,70</b>	<b>898,41</b>
<b>Полдник</b>								
	43	Булочка сдобная с маком	75	45,24	7,66	11,22	32,29	261,29
	43	Сок фруктовый	200	37,20	1	0,2	20,2	92
338/М	43	Киви	100	35,00	0,8	0,4	8,1	47
<b>Итого за Полдник</b>			<b>275</b>	<b>117,44</b>	<b>8,66</b>	<b>11,42</b>	<b>52,49</b>	<b>353,29</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 720</b>	<b>402,92</b>	<b>72,07</b>	<b>69,02</b>	<b>220,11</b>	<b>1 814,86</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 13.03.2024

Дети с 12 лет и старше		Бесплатно						
№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
15/М	93	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
222/М/ССЖ	93	Пудинг из творога (запеченный) с соусом ягодным, 200/30	230	63,90	24,0	13,49	29,08	338,91
378/М/ССЖ	93	Чай с молоком, 200/11	200	10,00	1,82	1,42	13,74	75,65
	93	Хлеб пшеничный	40	7,00	0,4	0,3	10,3	47,00
338/М	93	Груша	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>685</b>	<b>119,90</b>	<b>30,10</b>	<b>20,04</b>	<b>62,92</b>	<b>563,16</b>
<b>Обед</b>								
53/М/ССЖ	83	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	40,50	3,32	6,65	3,8	88,66
102/М/ССЖ	83	Суп картофельный с бобовыми (горохом) с курицей, 250/10	260	55,71	6,6	7,98	15,42	160,09
268/М/ССЖ	83	Котлеты домашние из мяса говядины и свинины с соусом сметанно-томатным 100/30	130	74,14	15,19	16,84	18,60	286,96
128/М/ССЖ	83	Картофельное пюре	180	25,00	2,99	5,27	16,39	129,8
349/М/ССЖ	83	Компот из сухофруктов, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	83	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	83	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>940</b>	<b>208,35</b>	<b>33,31</b>	<b>37,56</b>	<b>104,70</b>	<b>898,41</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 625</b>	<b>328,25</b>	<b>63,41</b>	<b>57,60</b>	<b>167,62</b>	<b>1 461,57</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "ЕДА-ЕСТЬ"

Улиев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 18.03.2024

Дети с 7 до 11 лет

Бесплатно

№ реп.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	92	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	92	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
209/М	92	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
182/М/ССЖ	92	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с ягодами, 200/5/5/10	220	41,52	7,93	8,66	41,38	276,34
377/М/ССЖ	92	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	7,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	92	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	92	Яблоко	200	35,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>725</b>	<b>112,02</b>	<b>20,39</b>	<b>25,77</b>	<b>82,17</b>	<b>648,63</b>
<b>Обед</b>								
	133	Огурец консервированный	60	30,00	0,50	0,30	1,40	12,00
106/М/ССЖ	133	Суп картофельный с рыбой, 200/20	220	48,00	6,14	6,00	14,74	144,69
245/М/ССЖ	133	Поджарка из говядины	90	60,46	14,01	14,06	5,25	204,01
171/М/ССЖ	133	Каша гречневая рассыпчатая	150	22,00	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	133	Компот из вишни, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	133	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	133	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>790</b>	<b>173,46</b>	<b>32,86</b>	<b>25,90</b>	<b>103,34</b>	<b>789,44</b>
<b>Полдник</b>								
	43	Ватрушка с повидлом	75	45,24	7,66	11,22	32,29	261,29
	43	Сок фруктовый	200	37,20	1	0,2	20,2	92
338/М	43	Киви	100	35,00	0,8	0,4	8,1	47
<b>Итого за Полдник</b>			<b>275</b>	<b>117,44</b>	<b>8,66</b>	<b>11,42</b>	<b>52,49</b>	<b>353,29</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1790</b>	<b>402,92</b>	<b>61,91</b>	<b>63,09</b>	<b>238,00</b>	<b>1791,36</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.



Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 18.03.2024

Бесплатно

Дети с 12 лет и старше

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	97	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	97	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
209/М	97	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
182/М/ССЖ	97	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с ягодами, 200/5/5/10	220	49,40	7,93	8,66	41,38	276,34
377/М/ССЖ	97	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	7,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	97	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	97	Яблоко	200	35,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>725</b>	<b>119,90</b>	<b>20,39</b>	<b>25,77</b>	<b>82,17</b>	<b>648,63</b>
<b>Обед</b>								
	85	Огурец консервированный	100	35,10	1,00	0,60	2,80	24,00
106/М/ССЖ	85	Суп картофельный с рыбой, 250/20	270	58,20	6,14	6,00	14,74	144,69
245/М/ССЖ	85	Поджарка из говядины	100	76,05	14,01	14,06	5,25	204,01
171/М/ССЖ	85	Каша гречневая рассыпчатая	180	26,00	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	85	Компот из вишни, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	85	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	85	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>920</b>	<b>208,35</b>	<b>33,36</b>	<b>26,20</b>	<b>104,74</b>	<b>801,44</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 645</b>	<b>328,25</b>	<b>53,75</b>	<b>51,97</b>	<b>186,91</b>	<b>1 450,07</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.



"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 19.03.2024

Дети с 7 до 11 лет

Бесплатно

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	92	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	92	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
	92	Каша жидкая молочная из манной крупы, 200/5/5/10	220	55,02	6,00	6,00	30,00	196,00
377/М/ССЖ	92	Чай с сахаром	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	92	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	92	Груша	200	35,00	0,40	0,3	10,30	47,0
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>685</b>	<b>112,02</b>	<b>13,38</b>	<b>18,41</b>	<b>71,01</b>	<b>505,49</b>
<b>Обед</b>								
24/М/ССЖ	133	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	31,46	0,76	3,1	2,73	42,7
102/М/ССЖ	133	Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с курицей, 200/10	210	45,86	6,6	7,98	15,42	160,09
266/М/ССЖ	133	Бифштекс рубленый	90	58,14	17,88	17,15	3,19	238,86
128/М/ССЖ	133	Картофельное пюре	150	25,00	2,99	5,27	16,39	129,8
349/М/ССЖ	133	Компот из сухофруктов, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	133	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	133	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>780</b>	<b>173,46</b>	<b>33,44</b>	<b>34,34</b>	<b>88,22</b>	<b>804,36</b>
<b>Полдник</b>								
421/М/ССЖ	43	Булочка сдобная с маком	75	40,00	7,66	11,22	32,29	261,29
	43	Йогурт питьевой	200	42,44	8,2	3	11,8	114
338/М	43	Киви	100	35,00	0,6	0,6	15,4	72
<b>Итого за Полдник</b>			<b>275</b>	<b>117,44</b>	<b>15,86</b>	<b>14,22</b>	<b>44,09</b>	<b>375,29</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 740</b>	<b>402,92</b>	<b>62,68</b>	<b>66,97</b>	<b>203,32</b>	<b>1 685,14</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 4224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 19.03.2024

Дети с 12 лет и старше		Бесплатно						
№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	97	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	97	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
	97	Каша жидкая молочная из манной крупы, 200/5/5/10	220	62,90	6,00	6,00	30,00	196,00
377/М/ССЖ	97	Чай с сахаром	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	97	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	97	Груша	200	35,00	0,40	0,3	10,30	47,0
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>685</b>	<b>119,90</b>	<b>13,38</b>	<b>18,41</b>	<b>71,01</b>	<b>505,49</b>
<b>Обед</b>								
24/М/ССЖ	85	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	40,35	0,76	3,1	2,73	42,7
102/М/ССЖ	85	Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с курицей, 250/10	260	52,86	6,6	7,98	15,42	160,09
266/М/ССЖ	85	Бифштекс рубленый	100	72,14	17,88	17,15	3,19	238,86
128/М/ССЖ	85	Картофельное пюре	180	30,00	2,99	5,27	16,39	129,8
349/М/ССЖ	85	Компот из сухофруктов, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	85	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
		Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>910</b>	<b>208,35</b>	<b>33,44</b>	<b>34,34</b>	<b>88,22</b>	<b>804,36</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 595</b>	<b>328,25</b>	<b>46,82</b>	<b>52,75</b>	<b>159,23</b>	<b>1 309,85</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 20.03.2024

Дети с 7 до 11 лет

Бесплатно

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
202/М/ССЖ	92	Макароны отварные, с сыром 150/30	180	47,52	9,31	5,12	37,37	233,74
209/М	92	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
15/М	92	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
	92	Хлеб пшеничный	40	7,00	0,4	0,3	10,3	47
382/М/ССЖ	92	Какао на молоке, 200/11	200	12,00	3,87	3,1	16,19	109,45
338/М	92	Яблоко	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>670</b>	<b>112,02</b>	<b>19,14</b>	<b>20,77</b>	<b>74,07</b>	<b>566,09</b>
<b>Обед</b>								
64/К/ССЖ	133	Салат из морской капусты и моркови	60	30,46	1,26	7,30	3,79	86,20
	133	Щи зеленые с курицей, со сметаной, 200/15/10	225	42,00	4,47	11,82	8,84	161,07
265/М/ССЖ	133	Плов с говядиной	240	73,00	23,64	14,08	41,06	385,87
342/М/ССЖ	133	Компот из вишни, 200/11	200	20,00	0,16	0,04	13,1	54,29
	133	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	133	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>795</b>	<b>173,46</b>	<b>34,41</b>	<b>34,04</b>	<b>96,27</b>	<b>833,43</b>
<b>Полдник</b>								
412/М/ССЖ	43	Пицца Школьная	80	57,00	9,49	12,99	22,26	237,9
	43	Сок фруктовый	200	25,44	1	0,2	20,2	92
338/М	43	Мандарин	100	35,00	0,6	0,6	15,4	72
<b>Итого за Полдник</b>			<b>280</b>	<b>117,44</b>	<b>10,49</b>	<b>13,19</b>	<b>42,46</b>	<b>329,90</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 745</b>	<b>402,92</b>	<b>64,04</b>	<b>68,00</b>	<b>212,80</b>	<b>1 729,42</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Углев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 20.03.2024

Бесплатно

Дети с 12 лет и старше

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
202/М/ССЖ	91	Макароны отварные, с сыром 180/30	210	55,40	9,31	5,12	37,37	233,74
209/М	91	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
15/М	91	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
	91	Хлеб пшеничный	40	7,00	0,4	0,3	10,3	47
382/М/ССЖ	91	Какао на молоке, 200/11	200	12,00	3,87	3,1	16,19	109,45
338/М	91	Яблоко	200	30,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>700</b>	<b>119,90</b>	<b>19,14</b>	<b>20,77</b>	<b>74,07</b>	<b>566,09</b>
<b>Обед</b>								
64/К/ССЖ	82	Салат из морской капусты и моркови	100	38,35	1,26	7,30	3,79	86,20
	82	Щи зеленые с курицей, со сметаной, 250/15/10	275	50,00	4,47	11,82	8,84	161,07
265/М/ССЖ	82	Плов с говядиной	280	92,00	23,64	14,08	41,06	385,87
342/М/ССЖ	82	Компот из вишни, 200/11	200	20,00	0,16	0,04	13,1	54,29
	82	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	82	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>925</b>	<b>208,35</b>	<b>34,41</b>	<b>34,04</b>	<b>96,27</b>	<b>833,43</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 625</b>	<b>328,25</b>	<b>53,55</b>	<b>54,81</b>	<b>170,34</b>	<b>1 399,52</b>

Завпроизводством \_\_\_\_\_

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 21.03.2024

Дети с 7 до 11 лет

Бесплатно

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
210/М	92	Омлет натуральный	150	44,02	14,52	17,4	2,7	255,57
	92	Икра кабачковая	30	13,00	0,80	3,15	3,70	45,4
15/М	92	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
	92	Хлеб пшеничный	40	4,00	0,4	0,3	10,3	47
376/М/ССЖ	92	Чай с шиповником, 200/5	200	7,00	0,3	0,06	12,5	53,93
338/М	92	Яблоко	150	35,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>585</b>	<b>112,02</b>	<b>19,90</b>	<b>25,74</b>	<b>39,00</b>	<b>503,50</b>
<b>Обед</b>								
49/М/ССЖ	133	Салат витаминный (капуста, лук, морковь, зеленый горошек)	60	33,20	1,26	5,11	3,76	66,19
82/М/ССЖ	133	Борщ с капустой и картофелем с курицей, со сметаной, 200/15/10	225	41,16	3,57	10,19	10,31	147,93
268/М/ССЖ	133	Котлеты домашние из мяса говядины и свинины с соусом сметанно-томатным	90	61,10	15,19	16,84	18,60	286,96
128/М/ССЖ	133	Картофельное пюре	150	25,00	2,99	5,27	16,39	129,8
349/М/ССЖ	133	Компот из сухофруктов, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	133	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	133	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>795</b>	<b>173,46</b>	<b>28,26</b>	<b>38,23</b>	<b>99,55</b>	<b>863,78</b>
<b>Полдник</b>								
421/М/ССЖ	43	Булочка сдобная с творогом	75	45,24	7,66	11,22	32,29	261,29
	43	Сок фруктовый	200	37,20	1	0,2	20,2	92
338/М	43	Банан	150	35,00	0,8	0,4	8,1	47
<b>Итого за Полдник</b>			<b>275</b>	<b>117,44</b>	<b>8,66</b>	<b>11,42</b>	<b>52,49</b>	<b>353,29</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 655</b>	<b>402,92</b>	<b>56,82</b>	<b>75,39</b>	<b>191,04</b>	<b>1 720,57</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 21.03.2024

№ рец.		Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
1	2	3				Б	Ж	У	
<b>Дети с 12 лет и старше</b>									
<b>Бесплатно</b>									
3	10/М	97	Омлет натуральный	200	51,90	19,36	23,2	3,6	300,76
		97	Икра кабачковая	30	13,00	0,80	3,15	3,70	45,4
	15/М	97	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
		97	Хлеб пшеничный	40	4,00	0,4	0,3	10,3	47
	376/М/ССЖ	97	Чай с шиповником, 200/5	200	7,00	0,3	0,06	12,5	53,93
	338/М	97	Яблоко	150	35,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>635</b>	<b>119,90</b>	<b>24,74</b>	<b>31,54</b>	<b>39,90</b>	<b>548,69</b>
<b>Обед</b>									
	49/М/ССЖ	85	Салат витаминный (капуста, лук, морковь, зеленый горошек)	100	41,00	1,26	5,11	3,76	66,19
	82/М/ССЖ	85	Борщ с капустой и картофелем с курицей, со сметаной, 250/15/10	275	50,15	3,57	10,19	10,31	147,93
	268/М/ССЖ	85	Котлеты домашние из мяса говядины и свинины с соусом сметанно-томатным	100	74,20	15,19	16,84	18,60	286,96
	128/М/ССЖ	85	Картофельное пюре	180	30,00	2,99	5,27	16,39	129,8
	349/М/ССЖ	85	Компот из сухофруктов, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
		85	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
		85	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>				<b>925</b>	<b>208,35</b>	<b>28,26</b>	<b>38,23</b>	<b>99,55</b>	<b>863,78</b>
<b>Итого за день</b>				<b>1 560</b>	<b>328,25</b>	<b>53,00</b>	<b>69,77</b>	<b>139,45</b>	<b>1 412,47</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 22.03.2024

Бесплатно

Дети с 7 до 11 лет			Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	92	Масло сливочное	10	9,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	92	Сыр полутвердый	15	5,00	3,48	4,43		54,6
172/М	92	Хлопья кукурузные с молоком 200/50	250	55,02	6,45	4,59	22,76	160,02
377/М/ССЖ	92	Чай с сахаром	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	92	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	92	Груша	200	35,00	0,40	0,3	10,30	47,0
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>715</b>	<b>112,02</b>	<b>13,83</b>	<b>17,00</b>	<b>63,77</b>	<b>469,51</b>
<b>Обед</b>								
39/М/ССЖ	133	Салат из картофеля, кукурузы консервированной, огурца соленого и моркови	60	40,46	1	6,27	5,3	81,27
96/М/ССЖ	133	Рассольник ленинградский (крупа перловая) с говядиной отварной, 200/10	210	46,00	3,86	7,78	13,73	135,89
322/К/ССЖ	133	Куриное филе в сырном соусе	90	56,00	16,14	13,43	0,72	186,71
	133	Рис отварной	150	18,00	6,96	4,72	31,46	195,84
349/М/ССЖ	133	Компот из черной смородины 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	133	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	133	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>780</b>	<b>173,46</b>	<b>33,11</b>	<b>33,02</b>	<b>101,69</b>	<b>832,61</b>
<b>Полдник</b>								
	43	Питта с сыром	75	59,40	13,38	22,34	30,59	367,94
	43	Сок фруктовый	200	23,04	1	0,2	20,2	92
338/М	43	Мандарин	100	35,00	1,5	1	21,0	96
<b>Итого за Полдник</b>			<b>275</b>	<b>117,44</b>	<b>14,38</b>	<b>22,54</b>	<b>50,79</b>	<b>459,94</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1770</b>	<b>402,92</b>	<b>61,32</b>	<b>72,56</b>	<b>216,25</b>	<b>1762,06</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 22.03.2024

Дети с 12 лет и старше

Бесплатно

№ рец.	Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
14/М	97	Масло сливочное	10	9,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	97	Сыр полутвердый	15	5,00	3,48	4,43		54,6
172/М	97	Хлопья кукурузные с молоком 200/50	250	62,90	6,45	4,59	22,76	160,02
377/М/ССЖ	97	Чай с сахаром	200	4,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	97	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	97	Груша	200	35,00	0,40	0,3	10,30	47,0
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>715</b>	<b>119,90</b>	<b>13,83</b>	<b>17,00</b>	<b>63,77</b>	<b>469,51</b>
<b>Обед</b>								
39/М/ССЖ	85	Салат из картофеля, кукурузы консервированной, огурца соленого и моркови	100	48,05	1	6,27	5,3	81,27
96/М/ССЖ	85	Рассольник ленинградский (крупа перловая) с говядиной отварной, 250/10	260	54,30	3,86	7,78	13,73	135,89
322/К/ССЖ	85	Куриное филе в сырном соусе	100	68,00	16,14	13,43	0,72	186,71
	85	Рис отварной	180	25,00	6,96	4,72	31,46	195,84
349/М/ССЖ	85	Компот из черной смородины 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	85	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	85	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
<b>Итого за Обед</b>			<b>910</b>	<b>208,35</b>	<b>33,11</b>	<b>33,02</b>	<b>101,69</b>	<b>832,61</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 625</b>	<b>328,25</b>	<b>46,94</b>	<b>50,02</b>	<b>165,46</b>	<b>1 302,12</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.