

"СОГЛАСОВАНО"
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

Учреждение:
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 2224180000860
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT



МЕНЮ на 13.11.2023

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
Завтрак								
15/М	95	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
173/М/ССЖ	95	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	220	23,04	5,9	4,53	46,59	251,44
209/М	95	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
377/М/ССЖ	95	Чай с сахаром	200	7,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	95	Батон	60	10,50	3,16	0,4	19,32	94
338/М	95	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак			635	85,04	18,28	14,39	87,25	557,63
Обед								
24/М/ССЖ	136	Салат из морской капусты	60	18,70	0,76	3,1	2,73	42,7
	136	Щи зеленые с курицей, сметаной	220	22,28	3,42	8,25	8,84	123,94
245/М/ССЖ	75	Гуляш из говядины	60	30,68	14,01	14,06	5,25	204,01
171/М/ССЖ	136	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,00	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	136	Морс из брусники, 200/11	200	5,00	0,14	0,10	12,62	53,1
	136	Хлеб пшеничный	30	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	136	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	136	Груша	100	40,00	0,40	0,3	10,30	47,0
Итого за Обед			850	131,66	30,57	31,35	100,68	812,59
Полдник								
	41	Бисквит с повидлом	75	24,15	7,66	11,22	32,29	261,29
	41	Сок фруктовый	200	30,00	1	0,2	20,2	92
338/М	41	Апельсин	100	35,00	0,6	0,6	15,4	72
Итого за Полдник			375	89,15	9,26	12,02	67,89	425,29
Итого за день			1 860	305,85	58,11	57,76	255,82	1 795,51

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

"УТВЕРЖДАЮ"
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

Учреждение:
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1274100000860
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 13.11.2023

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
Завтрак								
15/М	85	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
182/М/ССЖ	85	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	220	10,50	5,9	4,53	46,59	251,44
377/М/ССЖ	85	Яйцо вареное	40	34,00	5,08	4,6	0,28	62,8
	85	Чай с сахаром	200	2,00	0,26	0,03	11,26	47,79
338/М	85	Батон	60	10,50	3,16	0,4	19,32	94
	85	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак			635	91,00	18,28	14,39	87,25	557,63
Обед								
24/М/ССЖ	74	Салат из морской капусты	100	20,50	0,76	3,1	2,73	42,7
	74	Щи зеленые с курицей, сметаной	270	25,50	3,42	8,25	8,84	123,94
245/М/ССЖ	74	Гуляш из говядины	100	39,15	14,01	14,06	5,25	204,01
171/М/ССЖ	74	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,00	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	74	Морс из брусники, 200/11	200	4,00	0,14	0,10	12,62	53,1
	74	Хлеб пшеничный	30	4,00	1,58	0,2	9,66	47
338/М	74	Хлеб ржано-пшеничный	30	20,00	3,3	0,6	19,82	99
	74	Груша	100	40,00	0,40	0,3	10,30	47,0
Итого за Обед			1010	158,15	30,57	31,35	100,68	812,59
Итого за день			1 645	249,15	48,85	45,74	187,93	1 370,22

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.



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

МЕНЮ на 14.11.2023

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
Завтрак								
15/М	95	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
173/М/ССЖ	95	Каша молочная манная	220	28,54	5,9	4,53	46,59	251,44
209/М	95	Масло сливочное	10	5,00	5,08	4,6	0,28	62,8
	95	Чай с сахаром, лимоном	200	2,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	95	Батон	60	10,50	3,16	0,4	19,32	94
338/М	95	Груша	100	30,00	0,40	0,3	10,30	47,0
Итого за Завтрак			605	85,04	18,28	14,29	87,75	557,63
Обед								
24/М/ССЖ	136	Салат Винегрет	60	18,70	0,76	3,1	2,73	42,7
	136	Суп с макаронными изделиями с курицей	200	23,78	3,42	8,25	8,84	123,94
245/М/ССЖ	136	Минтай запеченый	90	30,68	14,01	14,06	5,25	204,01
	136	Картофельное пюре	150	20,50	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	136	Компот из свежих ягод	200	5,00	0,14	0,10	12,62	53,1
	136	Хлеб пшеничный	30	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	136	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	136	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Обед			860	131,66	30,57	31,45	100,18	812,59
Полдник								
	41	Булочка с маком	75	24,15	7,66	11,22	32,29	261,29
	41	Йогурт	200	30,00	1	0,2	20,2	92
338/М	41	Банан	100	35,00	0,6	0,6	15,4	72
Итого за Полдник			375	89,15	9,26	12,02	67,89	425,29
Итого за день			1 840	305,85	58,11	57,76	255,82	1 795,51

Запроизводством _____ Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

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



МЕНЮ на 14.11.2023

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
Завтрак								
15/М	85	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
173/М/ССЖ	85	Каша молочная манная	220	43,50	5,9	4,53	46,59	251,44
209/М	85	Масло сливочное	10	5,00	5,08	4,6	0,28	62,8
	85	Чай с сахаром, лимоном	200	2,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	85	Батон	60	10,50	3,16	0,4	19,32	94
338/М	85	Груша	100	30,00	0,40	0,3	10,30	47,0
Итого за Завтрак			590	91,00	14,80	9,86	87,75	503,03
Обед								
24/М/ССЖ	76	Салат Винегрет	100	25,34	0,76	3,1	2,73	42,7
	76	Суп с макаронными изделиями с курицей	250	30,80	3,42	8,25	8,84	123,94
245/М/ССЖ	76	Минтай запеченый	100	39,70	14,01	14,06	5,25	204,01
	76	Картофельное пюре	180	24,31	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	76	Компот из свежих ягод	200	5,00	0,14	0,10	12,62	53,1
	76	Хлеб пшеничный	30	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	76	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	76	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Обед			990	158,15	30,57	31,45	100,18	812,59
Итого за день			1 580	249,15	45,37	41,31	187,93	1 315,62

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"
 ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.



Учреждение:
 ИНН 4100041980, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860
 тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 15.11.2023

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
Завтрак								
	93	Омлет натуральный	150	23,54	4,84	5,8	0,9	75,19
	93	Кукуруза консервированная	30	19,00	5,9	4,53	46,59	251,44
209/М	93	Масло сливочное	10	5,00	5,08	4,6	0,28	62,8
	93	Чай с сахаром	210	2,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	93	Батон	60	10,50	3,16	0,4	19,32	94
338/М	93	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак			560	85,04	19,64	15,76	88,15	578,22
Обед								
49/М/ССЖ	131	Салат Витаминный	60	18,78	1,26	5,11	3,76	66,19
	131	Борщ со свежей капусты, с курицей, сметаной	220	18,72	3,42	8,25	8,84	123,94
265/М/ССЖ	131	Плов с курицей	240	41,16	23,64	14,08	41,06	385,87
349/М/ССЖ	131	Компот из сухофруктов	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	131	Хлеб пшеничный	30	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	131	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	131	Груша	100	40,00	0,40	0,3	10,30	47,0
Итого за Обед			880	131,66	33,97	28,56	114,45	855,90
Полдник								
	39	Пирожок с капустой	75	24,15	7,66	11,22	32,29	261,29
	39	Сок фруктовый	200	30,00	1	0,2	20,2	92
338/М	39	Виноград	100	35,00	0,6	0,6	15,4	72
Итого за Полдник			375	89,15	9,26	12,02	67,89	425,29
Итого за день			1 815	305,85	62,87	56,34	270,49	1 859,41

Завпроизводством  Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.



Учреждение:
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 2224100000860
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT

МЕНЮ на 15.11.2023

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
Завтрак								
	76	Омлет натуральный	150	23,50	4,84	5,8	0,9	75,19
	76	Кукуруза консервированная	30	25,00	5,9	4,53	46,59	251,44
209/М	76	Масло сливочное	10	5,00	5,08	4,6	0,28	62,8
	76	Чай с сахаром	210	2,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	76	Батон	60	10,50	3,16	0,4	19,32	94
338/М	76	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак			410	94,00	14,90	9,96	87,25	503,03
Обед								
49/М/ССЖ	71	Салат Витаминный	100	22,78	1,26	5,11	3,76	66,19
	71	Борщ со свежей капусты, с курицей, сметаной	270	36,21	3,42	8,25	8,84	123,94
265/М/ССЖ	71	Плов с курицей	260	44,16	23,64	14,08	41,06	385,87
349/М/ССЖ	71	Компот из сухофруктов	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	71	Хлеб пшеничный	90	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	71	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	71	Груша	100	40,00	0,40	0,3	10,30	47,0
Итого за Обед			990	158,15	33,97	28,56	114,45	855,90
Итого за день			1 400	249,15	48,77	38,52	201,70	1 358,93

Завпроизводством _____ Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.



Учреждение:
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1224100000860
тел 336-335, e-mail: FOOD-RAT

МЕНЮ на 16.11.2023

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
Завтрак								
175/М/ССЖ	93	Каша вязкая молочная из смеси круп, 200/5/5	220	30,04	6,11	6,89	38,84	242,54
209/М	93	Яйцо вареное	40	10,50	5,08	4,6	0,28	62,8
15/М	93	Сыр полутвердый	15	5,00	3,48	4,43		54,6
382/М/ССЖ	93	Чай с сахаром	200	4,00	3,87	3,1	16,19	109,45
	93	Батон	60	10,50	3,16	0,4	19,32	94
338/М	93	Груша	100	25,00	0,4	0,3	10	47
Итого за Завтрак			635	85,04	22,10	19,72	84,93	610,39
Обед								
20/М/ССЖ	131	Салат из свежих огурцов	60	18,78	0,5	5,06	1,94	55,36
102/М/ССЖ	131	Суп гороховый	200	24,88	6,6	7,98	15,42	160,09
268/М/ССЖ	131	Котлеты по домашнему	90	30,50	15,9	14,91	13,99	254,41
128/М/ССЖ	131	Картофельное пюре	150	15,50	3,27	4,71	22,03	144,03
	131	Компот из свежих ягод	200	9,00	0,49	0,16	21,67	94,0
	131	Хлеб пшеничный	30	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	131	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	131	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Обед			860	131,66	32,03	34,02	114,33	900,88
Полдник								
421/М/ССЖ	39	Ватрушка с творогом	75	24,15	7,66	11,22	32,29	261,29
	39	Сок фруктовый	200	30,00	1	0,2	20,2	92
338/М	39	Киви	100	35,00	0,6	0,6	15,4	72
Итого за Полдник			375	89,15	9,26	12,02	67,89	425,29
Итого за день			1 870	305,85	63,39	65,76	267,15	1 936,56

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

Учреждение:
ИНН 4100041960, ОГРН 410001001, ОГРН 122110208860
тел 336-335, e-mail: FOOD.MIT



МЕНЮ на 16.11.2021

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
Завтрак								
175/М/ССЖ	81	Каша вязкая молочная из смеси круп, 200/5/5	220	38,90	6,71	6,69	38,84	242,54
209/М	81	Яйцо вареное	40	10,69	5,03	4,6	0,28	62,8
15/М	81	Сыр полутвердый	15	3,0	3,43	4,43		54,6
382/М/ССЖ	81	Чай с сахаром	200	4,0	3,87	3,1	16,19	109,45
	81	Батон	60	10,69	3,16	0,4	19,32	94
338/М	81	Груша	100	25,00	0,8	0,8	10	47
Итого за Завтрак			415	91,00	15,99	12,53	46,09	367,85
Обед								
20/М/ССЖ	73	Салат из свежих огурцов	100	22,00	0,8	6,09	1,94	55,36
102/М/ССЖ	73	Суп гороховый	250	26,45	6,8	7,98	15,42	160,09
268/М/ССЖ	73	Котлеты по домашнему	100	47,00	15,9	14,1	13,99	254,41
128/М/ССЖ	73	Картофельное пюре	120	10,69	3,77	4,71	22,03	144,03
	73	Компот из свежих ягод	200	9,0	0,46	0,13	21,67	94,0
	73	Хлеб пшеничный	50	4,0	1,35	0,4	9,65	47
	73	Хлеб ржано-пшеничный	30	4,0	2,0	0,6	19,82	99
338/М	73	Яблоко	100	25,00	0,8	0,8	9,8	47
Итого за Обед			990	165,0	32,83	34,02	114,33	900,88
Итого за день			1405	256,0	48,82	46,55	160,42	1268,73

Завпроизводитель

Катанцева Я.В.