

"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

"УТВЕРЖДАЮ"  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уриев А.М.

МЕНЮ на 19.12.2023

№ рец.		Кол-во детей	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)			
1	2	3				4	5	Б		Ж	У	6
<b>Завтрак</b>												
14/М	68		Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13				66,1
15/М	68		Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43					54,6
209/М	68		Печенье весовое	30	10,00	6,11	6,89	38,84				242,54
174/М/ССЖ	68		Каша вязкая молочная из рисовой крупы, 200/5/5	210	18,54	5,74	6,53	45,44				264,14
377/М/ССЖ	68		Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	10,00	0,26	0,03	11,26				47,79
	68		Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32				94
338/М	68		Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8				47
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>605</b>	<b>84,54</b>	<b>19,23</b>	<b>25,93</b>	<b>124,79</b>				<b>816,17</b>
<b>Обед</b>												
53/М/ССЖ	120		Салат из свеклы с зеленым горошком	60	18,06	1	5,11	4,94				69,95
89/М/ССЖ	120		Щи из свежей капусты с курицей 200/15	215	22,30	4,47	11,82	8,84				161,07
251/М/ССЖ	120		Поджарка из говядины	90	30,00	20,07	11,46	4,2				200,94
202/М/ССЖ	120		Макароны отварные	150	15,30	6,96	4,72	31,46				195,84
342/М/ССЖ	120		Компот из вишни, 200/11	200	5,00	0,16	0,04	13,1				54,29
	120		Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66				47
	120		Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82				99
338/М	120		Груша	100	35,00	0,4	0,3	10,3				47
<b>Итого за Обед</b>				<b>885</b>	<b>133,66</b>	<b>37,94</b>	<b>34,25</b>	<b>102,32</b>				<b>875,09</b>
<b>Полдник</b>												
421/М/ССЖ	35		Булочка сдобная с творогом	75	34,15	7,66	11,22	32,29				261,29
	35		Сок фруктовый	200	25,00	1	0,2	20,2				92
338/М	35		Апельсин	100	30,00	0,6	0,6	15,4				72
<b>Итого за Полдник</b>				<b>375</b>	<b>89,15</b>	<b>9,26</b>	<b>12,02</b>	<b>67,89</b>				<b>425,29</b>
<b>Итого за день</b>				<b>1 865</b>	<b>307,35</b>	<b>66,43</b>	<b>72,20</b>	<b>295,00</b>				<b>2 116,55</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 19.12.20232**

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	89	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
15/М	89	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
209/М	89	Печенье весовое	30	10,00	6,11	6,89	38,84	242,54
174/М/ССЖ	89	Каша вязкая молочная из рисовой крупы, 200/5/5	210	24,50	5,74	6,53	45,44	264,14
377/М/ССЖ	89	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	10,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	89	Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	89	Яблоко	100	25,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>605</b>	<b>90,50</b>	<b>19,23</b>	<b>25,93</b>	<b>124,79</b>	<b>816,17</b>
<b>Обед</b>								
53/М/ССЖ	80	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	23,05	1	5,11	4,94	69,95
89/М/ССЖ	80	Щи из свежей капусты с курицей 250/15	265	33,00	4,47	11,82	8,84	161,07
251/М/ССЖ	80	Поджарка из говядины	100	36,10	20,07	11,46	4,2	200,94
202/М/ССЖ	80	Макароны отварные	180	18,00	6,96	4,72	31,46	195,84
342/М/ССЖ	80	Компот из вишни, 200/11	200	5,00	0,16	0,04	13,1	54,29
	80	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	80	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	80	Груша	100	35,00	0,4	0,3	10,3	47
<b>Итого за Обед</b>			<b>1015</b>	<b>158,15</b>	<b>37,94</b>	<b>34,25</b>	<b>102,32</b>	<b>875,09</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 620</b>	<b>248,65</b>	<b>57,17</b>	<b>60,18</b>	<b>227,11</b>	<b>1 691,26</b>

Запроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

УТВЕРЖДАЮ  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уиив А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1024100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT



**МЕНЮ на 21.12.20232**

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	87	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
14/М	87	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
	87	Каша молочная манная	220	35,00	5,9	4,53	46,59	251,44
377/М/ССЖ	87	Чай с сахаром	200	10,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	87	Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	87	Банан	150	25,00	0,8	0,4	8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>635</b>	<b>91,00</b>	<b>13,68</b>	<b>17,04</b>	<b>85,40</b>	<b>560,93</b>
<b>Обед</b>								
	77	Салат Винегрет	100	22,00	3,32	6,65	3,8	88,66
102/М/ССЖ	77	Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с курицей, 200/15	265	37,05	4,41	8,0	17,40	155,47
268/М/ССЖ	77	Котлеты домашние из мяса говядины и свинины с соусом сметанно-томатным, 90/30	130	43,10	15,9	14,91	13,99	254,41
171/М/ССЖ	77	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,00	6,96	4,72	31,46	195,84
	77	Компот из свежих ягод	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	77	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	77	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	77	Груша	100	25,00	0,40	0,3	10,30	47,0
<b>Итого за Обед</b>			<b>1045</b>	<b>158,15</b>	<b>36,26</b>	<b>35,37</b>	<b>127,44</b>	<b>974,28</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 680</b>	<b>249,15</b>	<b>49,94</b>	<b>52,41</b>	<b>212,84</b>	<b>1 535,21</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 20.12.2023

№		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена руб.	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
реци.	детей				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Дети с 7 до 11 лет</b>								
<b>Бесплатно</b>								
<b>Завтрак</b>								
15/М	90	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
	90	Вафли весовые	40	10,50	1,25	1,75	18,25	95,0
219/М/ССЖ	90	Запеканка из творога с соусом ягодным, 150/30	180	23,54	23,75	13,88	30,83	459,33
378/М/ССЖ	90	Чай с молоком, 200/11	200	10,00	1,82	1,42	13,74	75,65
	90	Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	90	Мандарин	100	25,00	0,4	0,3	10,3	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>575</b>	<b>85,04</b>	<b>33,86</b>	<b>22,18</b>	<b>92,44</b>	<b>825,58</b>
<b>Обед</b>								
37/М/ССЖ	134	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	60	16,60	0,7	4,09	2,28	49,64
96/М/ССЖ	134	Рассольник ленинградский (крупа перловая) с говядиной отварной, 200/15	215	24,76	3,86	7,78	13,73	135,89
	134	Печень тушеная в соусе	90	32,00	13,39	11,32	3,41	169,24
128/М/ССЖ	134	Картофельное пюре	150	12,30	2,99	5,27	16,39	129,8
349/М/ССЖ	134	Компот из сухофруктов, 200/11	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	134	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	134	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	134	Яблоко	100	35,00	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Обед</b>			<b>885</b>	<b>133,66</b>	<b>26,56</b>	<b>29,68</b>	<b>96,10</b>	<b>764,47</b>
<b>Полдник</b>								
406/М/ССЖ	42	Пирожок с мясом и рисом	75	34,15	9,78	7,63	25,18	208,34
	42	Сок фруктовый	200	25,00	1	0,2	20,2	92
338/М	42	Киви	100	30,00	0,8	0,4	8,1	47
<b>Итого за Полдник</b>			<b>375</b>	<b>89,15</b>	<b>11,58</b>	<b>8,23</b>	<b>53,48</b>	<b>347,34</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 835</b>	<b>307,85</b>	<b>72,00</b>	<b>60,09</b>	<b>242,02</b>	<b>1 937,39</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 21.12.2023

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
<b>Завтрак</b>								
15/М	90	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
14/М	90	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
	90	Каша молочная манная	220	29,04	5,9	4,53	46,59	251,44
377/М/ССЖ	90	Чай с сахаром	200	10,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	90	Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	90	Банан	150	25,00	0,8	0,4	8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>635</b>	<b>85,04</b>	<b>13,68</b>	<b>17,04</b>	<b>85,40</b>	<b>560,93</b>
<b>Обед</b>								
	134	Салат Винегрет	60	18,60	3,32	6,65	3,8	88,66
102/М/ССЖ	134	Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с курицей, 200/15	215	28,76	4,41	8,0	17,40	155,47
268/М/ССЖ	134	Котлеты домашние из мяса говядины и свинины с соусом сметанно-томатным, 90/30	120	36,00	15,9	14,91	13,99	254,41
171/М/ССЖ	134	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,30	6,96	4,72	31,46	195,84
	134	Компот из свежих ягод	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	134	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	134	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	134	Груша	100	25,00	0,40	0,3	10,30	47,0
<b>Итого за Обед</b>			<b>915</b>	<b>133,66</b>	<b>36,26</b>	<b>35,37</b>	<b>127,44</b>	<b>974,28</b>
<b>Полдник</b>								
	42	Булочка сдобная с джемом	75	34,15	7,66	11,22	32,29	261,29
	42	Сок фруктовый	200	25,00	1	0,2	20,2	92
338/М	42	Виноград	100	30,00	0,6	0,6	15,4	72
<b>Итого за Полдник</b>			<b>375</b>	<b>89,15</b>	<b>9,26</b>	<b>12,02</b>	<b>67,89</b>	<b>425,29</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 925</b>	<b>307,85</b>	<b>59,20</b>	<b>64,43</b>	<b>280,73</b>	<b>1 960,50</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
ДИРЕКТОР МБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №10

Федоров Д.С.

УТВЕРЖДАЮ  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО ЕДА-ЕСТЬ

Уиив А.М.

Учреждение: ООО ЕДА-ЕСТЬ  
ИНН 4100041960, КПП 410001001, ОГРН 1024100000860  
тел 336-335, e-mail: FOOD-EAT



**МЕНЮ на 21.12.20232**

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	87	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	4,43		54,6
14/М	87	Масло сливочное	10	5,00	0,08	7,25	0,13	66,1
	87	Каша молочная манная	220	35,00	5,9	4,53	46,59	251,44
377/М/ССЖ	87	Чай с сахаром	200	10,00	0,26	0,03	11,26	47,79
	87	Хлеб пшеничный	40	7,00	3,16	0,4	19,32	94
338/М	87	Банан	150	25,00	0,8	0,4	8	47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>635</b>	<b>91,00</b>	<b>13,68</b>	<b>17,04</b>	<b>85,40</b>	<b>560,93</b>
<b>Обед</b>								
	77	Салат Винегрет	100	22,00	3,32	6,65	3,8	88,66
102/М/ССЖ	77	Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с курицей, 200/15	265	37,05	4,41	8,0	17,40	155,47
268/М/ССЖ	77	Котлеты домашние из мяса говядины и свинины с соусом сметанно-томатным, 90/30	130	43,10	15,9	14,91	13,99	254,41
171/М/ССЖ	77	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,00	6,96	4,72	31,46	195,84
	77	Компот из свежих ягод	200	5,00	0,37	0,02	21,01	86,9
	77	Хлеб пшеничный	20	4,00	1,58	0,2	9,66	47
	77	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,00	3,3	0,6	19,82	99
338/М	77	Груша	100	25,00	0,40	0,3	10,30	47,0
<b>Итого за Обед</b>			<b>1045</b>	<b>158,15</b>	<b>36,26</b>	<b>35,37</b>	<b>127,44</b>	<b>974,28</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1 680</b>	<b>249,15</b>	<b>49,94</b>	<b>52,41</b>	<b>212,84</b>	<b>1 535,21</b>

Завпроизводством

Катанцева Я.В.