

Согласовано

№ Директор

« 03 » *марта* 2025 г



Утверждаю:

Директор

ООО «Столовая «Школьная №33» г.Иваново»

Л.В.Шипилина

« 03 » *марта* 2025 г



М Е Н Ю О С Н О В Н О Г О О Р Г А Н И З О В А Н Н О Г О П И Т А Н И Я Д Л Я Д Е Т Е Й
О Б Щ Е О Б Р А З О В А Т Е Л Ь Н Ы Х У Ч Р Е Ж Д Е Н И Й Н А 1 0 Д Н Е Й
(шк. № 6,9,21,24,29,32,42,42(ф),44, 44(корпус 4),44(корпус 5),49,53,58,68)

2025г

Согласовано:

Директор _____

«__» _____ 202__ г

Утверждаю:

Директор
ООО «Столовая «Школьная №33» г.Иваново»

Л.В.Шипилина
«__» _____ 202__ г

**МЕНЮ ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ПИТАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ НА 10 ДНЕЙ
(шк. № 6,9,21,24,29,32,42,42(ф),44, 44(корпус 4),44(корпус 5),49,53,58,68)**

			** Expressio n is fault y **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Express ion is faulty **	** Expr essio n is fault y **	** Expr essio n is fault y **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is fault y **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	
	Итого за день:	1295															

День: вторник. Неделя: 1. Сезон: весна-лето. Возрастная категория: 7-11лет

№ Рец. Сб. 2010г	Приём пищи, наименование блюда	Масса порци и (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																
438	Омлет натуральный	105	9,7	17,28	1,84	201,6	0,16	0,43	0,18	227,2	450	139,2	72,16	11,3	158	1,85
944	Чай с сахаром и лимоном	200/15/ 7	0,13	0,02	15,2	62	----	0,03	-----	2,83	---	1,2	21,3	14,2	2,4	4,4
	Фрукт	105	0,89	0,16	8,59	39,02	----	0,06	63,15	----	23,7	253,6	36,09	13,53	24,05	0
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	----	0,02	-----	-----	----	-----	4,6	6,6	17,4	0,22
Табл 32	Овощи порционно конс	10	0,31	0,02	0,65	4,02	---	0,012	1	---	---	---	2	2,1	6,2	0,07
	Конд изделие	45	2,85	0,36	17,39	105,21	---	0,03	---	---	---	---	8,28	11,88	32,36	0
	Итого за завтрак:	507	14,27	18,55	56,43	469,31	** Expres sion is fault y **	0,58	** Expres sion is fault y **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	108,78	42,46	223	** Expres sion is faulty **
Обед																
187	Щи из свежей капусты с карт	250	1,8	4,95	6,32	89,75	0,81	0,10	15,8	-----	591,6	383,3	49,3	22,1	49	0,83
608/759	Котлета мясная/соус	60/30	8,38	10,02	9,15	162	0,14	0,57	12,5	118,42	128,3	29,14	30,83	107,7	1,5	608

679	Греча рассыпч. с м/сл	150	8,85	4,1	39,84	231,86	0,33	0,2	---	---	583,45	259,62	14,82	140	210	5,01
943	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60	0,02	---	0,03	---	0,3	8,6	11,1	1,4	0,28	0,28
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	0,51	68,97	-----	0,04	-----	-----	-----	-----	6,9	7,5	31,8	0,93
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	-----	0,02	-----	-----	-----	-----	4,6	6,6	17,4	0,22
	Итого за обед:	755	** Expres sion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expr essio n is fault y **	** Expr essio n is fault y **	** Expr essio n is fault y **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **
	Итого за день:	1262	** Expres sion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expr essio n is fault y **	** Expr essio n is fault y **	** Expr essio n is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **

День: среда. Неделя: 1. Сезон: весна-лето Возрастная категория: 7-11лет

№ Рец. Сб. 2010г	Приём пищи, наименование блюда	Масса порци и (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																
620	Фрикадельки в соусе из ф/кур	60/50	6,96	16,11	11,61	223	1,13	0,26	0,92	16,2	113,13	169	21,62	17,32	85,51	79
688	Макаронные изделия отварные с м/сл	150	5,1	7,5	28,5	201,9	0,78	0,06	-----	-----	580	30,38	4,86	7,5	34,5	0,75
943	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60	0,02	---	0,03	---	0,3	8,6	11,1	1,4	0,28	0,28
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	----	0,02	-----	-----	----	-----	4,6	6,6	17,4	0,22

День: четверг. Неделя:1. Сезон: весна-лето Возрастная категория: 7-11лет

№ рец. сб. 2010г	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe	
Завтрак																	
1044	Запеканка творожная со	85	16,43	12,42	31,46	286,2	0,36	0,26	0,35	----	260,9	145	145,1	19,72	159,6	0,48	
	сгущённым молоком	10	1,5	0,04	11,36	52	0,04	0,03	0,2	45,5	26	76	63,4	6,8	45,8	0,04	
943	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60	0,02	----	0,03	---	0,3	8,6	11,1	1,4	0,28	0,28	
	Фрукт	170	0,06	0,06	15,07	68,24	0,31	0,04	15,4	---	28,05	299,6	24,53	13,84	16,9	3,37	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	----	0,02	----	-----	----	-----	4,6	6,6	17,4	0,22	
	Итого за завтрак:	500	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	
Обед																	
170	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,83	4,90	11,75	98,40	26,2	0,06	10,7	----	606,1	385,3	49,73	26,13	54,6	14,9	
510/759	Шницель нат рыбный с соусом	60/30	12,19	6,19	4,75	131,25	0,16	0,06	4,66	7,28	915,71	406,96	48,84	60,66	202,75	1,11	
Таб.32	Овощи порц свеж	10	0,11	0,02	0,38	1,2	0,05	0,01	1,75	--	0,3	29	1,4	2	2,6	0,09	
694	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,4	109,73	1,36	0,25	18,16	----	586,2	648,5	36,9	27,8	86,6	1,01	
	Напиток из плодов свежих	200	0,16	0,16	23,88	97,6	0,04	0,01	1,8	---	4,18	258	6,4	3,6	4,4	0,18	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	0,51	68,97	-----	0,04	----	----	-----	----	6,9	7,5	31,8	0,93	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	----	0,02	----	-----	----	----	4,6	6,6	17,4	0,22	
	Итого за обед:	750	** Expres	** Expr	** Expres	** Expres	** Expr	** Exp	** Expres	** Expres	** Expres	** Expression is	** Expression	** Expression	** Expres	** Expres	

			ssion is faulty **	essio n is fault y **	ssion is faulty **	sion is faulty **	essio n is fault y **	ressio n is fault y **	ssion is faulty **	ssion is faulty **	sion is faulty **	faulty **	is faulty **	is faulty **	ssion is faulty **	is faulty **
			** Expre ssion is faulty **	** Expr essio n is fault y **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expr essio n is fault y **	** Exp ressio n is fault y **	** Expre ssion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **
	Итого за день:	1250														

День: пятница. Неделя: 1. Сезон: весна-лето Возрастная категория: 7-11лет

№ рец. сб. 2010г	Приём пищи, наименование блюда	Масса Порци и (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																
608/759	Котлета из птицы с соусом	60/30	7,95	8,38	8,14	143	2,72	0,09	0,45	26,9	1179,3	103,22	29,89	11,1	40	1,81
682	Рис отварной	150	3,64	4,3	36,7	210,11	0,67	0,04	-----	-----	583,8	40,25	2,41	19	60,6	0,51
944	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,0	62	0,02	----	0,03	---	0,3	8,6	11,1	1,4	0,28	0,28
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	-----	0,02	-----	----	----	----	4,6	6,6	17,4	0,22
	Кондитерское изделие	25	1,96	2,6	16	95,3	---	0,03	---	---	---	---	7,04	10,1	26,6	0,34
			** Expre ssion is faulty **	** Expr essio n is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expr essio n is fault y **	** Exp ressio n is fault y **	** Expre ssion is fault y **	** Expre ssion is fault y **	** Expres sion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expre ssion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **
	Итого за завтрак:	507														
Обед																

День: понедельник. Неделя:2. Сезон: весна-лето Возрастная категория: 7-11лет

№ рец. сб. 2010	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																
Таб.8	Каша вязкая молочная с м/сл	150/5	4,42	15,24	24,03	84,6	0,41	0,18	0,7	50,6	258,9	144,9	96,2	26,6	112,8	0,62
424	Яйцо вареное	1шт/50	5,08	4,6	0,28	63	0,08		0,21	---	100	53,6	56	22	4,8	76,8
943	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0,02	---	0,03	---	0,3	8,6	11,1	1,4	0,28	0,28
	Кондитерское изделие	24	1,96	2,6	16	95,3	----	0,031	----	----	----	----	7,04	10,1	26,6	0,34
	Фрукт	70	0,3	0,23	7,73	34,13	0,28	0,02	3,75	----	24	39	14,25	9	12	1,73
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	----	0,02	----	----	----	----	4,6	6,6	17,4	0,2
	Итого за завтрак	534	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**
Обед																
187	Щи из св.капуст. с картофелем	250	1,8	4,95	6,32	89,75	0,81	0,1	15,8	-----	591,6	383,3	49,3	22,1	49	0,83
608/759	Биточки из говядины с соусом	60/30	8,38	10,02	9,15	162	0,14	0,57	12,5	118,42	128,3	29,14	30,83	107,7	1,5	608
679	Греча рассыпч. с м/сл	150	8,85	4,1	39,84	231,86	0,33	0,2	-----	---	583,45	259,62	14,82	140	210	5,01
	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	27,9	114,6	---	0,1	0,02	0,9	---	12,02	112,4	14,2	5,14	4,4
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	0,57	68,97	----	0,04	----	-----	-----	-----	6,9	7,5	31,8	0,93
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	----	0,02	----	-----	-----	-----	4,6	6,6	17,4	0,2
	Итого за обед:	740	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**
	Итого за день:	1274	** Expres	** Expres	** Expres	** Expressi	** Expres	** Expr	** 116,7	** 121,4	** Expres	** Express	** Express	** Express	** Expres	** Expres

			ssion is faulty **	ssion is faulty **	ssion is faulty **	on is faulty **	ssion is faulty **	essio n is fault y **		ssion is faulty **	ion is faulty **	faulty **	faulty **	ssion is faulty **	ssion is faulty **	sion is faulty **
--	--	--	--------------------	--------------------	--------------------	-----------------	--------------------	-----------------------	--	--------------------	------------------	-----------	-----------	--------------------	--------------------	-------------------

День: вторник Неделя: 2. Сезон: весна-лето Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец. сб. 2010	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																
688	Макаронные изделия отварные с м/сл	150	5,1	7,5	28,5	201,9	0,78	0,06	---	---	580	30,38	4,86	7,5	34,5	0,75
608/759	Котлета из птицы/соус	60/30	7,95	8,38	8,14	143	2,72	0,09	0,45	26,9	1179,3	103,22	29,89	11,1	40	1,81
943	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60	0,02	---	0,03	-----	0,3	8,6	11,1	1,4	0,28	0,28
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	-----	0,02	-----	-----	-----	-----	4,6	6,6	17,4	0,22
	Фрукт	65	1,13	0,38	15,75	70,88	0,24	0,03	7,5	----	-----	20,8	6	31,5	21	0,45
	Итого за завтрак:	540	** Expr essio n is fault y **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expr essio n is fault y **	** Expr essio n is fault y **	** Expres sion is fault y **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	227,3
Обед																
206	Суп картофельный с горохом	250	5,49	52,7	16,5	148,3	1,15	0,07	58,3	-----	2366,3	1891,3	170,7	142,3	352,4	8,2
682	Рис отварной	150	3,64	4,3	36,7	210,11	0,67	0,67	0,04	-----	-----	583,8	40,25	2,41	19	60,6

486	Рыба тушёная в томате с овощами	50/50	9,75	4,95	3,80	105		0,13	0,05	3,73	5,82	732,57	325,57	39,07	48,53	162,2
859	Напиток из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	97,6	0,04	0,01	1,8	----	4,18	258	6,4	3,6	4,4	0,18
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	0,57	68,97	-----	0,04	-----	-----	-----	-----	6,9	7,5	31,8	0,93
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	-----	0,02	-----	-----	-----	-----	4,6	6,6	17,4	0,22
	Итого за обед:	750	** Expr essio n is fault у **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expr essio n is fault у **	** Expres sion is fault у **	** Expres sion is fault у **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	2376
	Итого за день:	1290	** Expr essio n is fault у **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expr essio n is fault у **	** Expres sion is fault у **	** Expres sion is fault у **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	** Expres sion is faulty **	2432,7	** Expres sion is faulty **	2489,4	2603,3

День: среда. Неделя: 2. Сезон: весна-лето Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец. сб. 2010	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																
637/759	Филе куриное тушеное в соусе (филе)	50/50	11,4	8,48	2,87	133,36	-----	0,033	0,09 9	21,78	----	510,08	31,02	12,54	82,17	7,26
679	Греча рассыпч. с м/сл	150	8,85	4,1	39,81	231,86	0,33	0,2	-----	---	583,45	259,62	14,82	140	210	5,01
944	Чай с сахаром и лимоном	200/1 5/7	0,13	0,02	15,2	62	----	0,03	-----	2,83	----	1,2	21,3	14,2	2,4	4,4

	Овощи конс порц	10	0,31	0,02	0,65	4,02	---	0,01	1	---	---	---	2	2,1	6,2	0,07
	Хлеб пшеничный	20	1,98	0,25	12,1	58,45	-----	0,03	-----	-----	-----	-----	5,75	8,25	21,75	0,28
	Итого за завтрак	502	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**
Обед																
216	Суп с макар.изделиями	250	5	5,9	21,6	115,8	0,4	0,4	0,09	0,5	----	782,05	232,1	28,6	10,7	38,5
637/759	Птица отварная с соусом	85/30	18,43	11,34	---	175,7	---	0,03	---	17	---	---	34,01	17	121,88	1,7
715	Рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,85	0,91	0,17	17,8 7	65,71	631,11	378,07	53,08	23,23	64,28	0,86
859	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,9	114,6	-----	0,1	0,02	0,9	-----	12,02	112,4	14,2	5,14	4,4
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	0,57	68,97	-----	0,04	-----	-----	-----	-----	6,9	7,5	31,8	0,22
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	-----	0,02	-----	-----	-----	-----	4,6	6,6	17,4	0,22
	Итого за обед:	765	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**
	Итого за день:	1267	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	** Expression is faulty**	425,08

День: пятница. Неделя: 2. Сезон: весна-лето Возрастная категория: 7-11лет

№ рец. сб. 2010	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		РР	В	С	А	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																
	Блины п/ф с начинкой	120	4,17	14,65	36,22	261	0,6	----	0,16	0,65	77,4	149,3	133,7	91,7	24,85	110,34
424	Яйцо вареное	1шт/50	5,08	4,6	0,28	63	0,08		0,21	---	100	53,6	56	22	4,8	76,8
244	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	---	0,03	---	2,83	---	1,2	21,3	14,2	2,4	4,4
	Фрукт	130	0,65	0,11	6,16	28,19	0,14	0,03	45,38	----	8,49	110,3	25,92	9,72	17,28	0,21
	Итого за завтрак	522	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **	** Expression is faulty **
Обед																
235	Суп молочный	250	5,5	4,75	179,6	150	0,51	0,27	0,82	33	353,9	218,8	163	26,7	136,9	14,9
590	Рагу из птицы ф/кур с картофелем	200	14,32	13,36	17,33	247,38	5,18	0,25	12,92	16,64	1285,92	749	41,95	44,1	123,35	2,19
	Напиток из плодов сушеных	200	0,16	0,16	27,9	114,6	---	0,1	0,02	0,9	---	12,02	112,4	14,2	5,14	4,4
	Хлеб ржано-	30	1,68	0,33	0,57	68,97	-----	0,04	-----	-----	-----	-----	6,9	7,5	31,8	0,93

