

Согласовано

Директор МБОУ СКОШИ ЧГО

Е.М.Вахрушева

Утверждаю

Директор ООО "Гурман"

Х.С.Муниров

МЕНЮ 16.06.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО-11

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 7-11	Омлет натуральный	200	9,67	11,33	29,67	346,67	268,04
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Масло сливочное (порциями)	10	0,16	0,17	0,26	132,2	79,01
Итого за Завтрак 7-11		660	14,55	12,67	74,28	699,02	
Обед 7-11	Суп из овощей	200	5,68	11,7	5,39	113,56	116,01
	Каша гречневая вязкая	150	4,53	9,62	23,56	170,78	213,05
	Фрикадельки в соусе	90	0,81	0,01	4	20,42	620,05
	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,68	6,06	6,38	84	3
	Кондитерское изделие	50	5,25	11	26,25	222,5	12,02
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	495,01
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обед 7-11		820	26,62	39,88	135	965,19	
Итого за день		1 480	41,17	52,55	209,28	1664,21	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 12+	Омлет натуральный	200	9,67	11,33	29,67	346,67	268,04
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Масло сливочное (порциями)	15	0,73	8,5	0,15	79,5	79,04
Итого за Завтрак 12+		665	15,12	21	74,17	646,32	
Обед 12+	Суп из овощей	250	7,1	9,63	6,74	141,95	116
	Каша гречневая вязкая	180	5,83	6,74	28,27	204,94	213,04
	Фрикадельки в соусе	100	0,9	0,01	4,44	22,69	620,06
	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,13	10,1	10,63	140	3,09
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	495,01
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
Итого за Обед 12+		920	24,10	27,87	116,83	849,78	
Итого за день		1 585	39,22	48,87	191,00	1496,1	

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО

Е.М.Вахрушева
МБОУ
СКОШИ ЧГО

Утверждаю
Директор ООО "Гурман"
Х.С.Муниров

ГУРМАН
ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
№ 15

МЕНЮ 17.06.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 7-11

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 7-11	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,2	8,1	24,63	200,25	139,06
	Чай с молоком	200	1,6	0,3	11,5	64	460
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Сыр полутвердый	15	3,9	4,02		53	1,11
	Итого за Завтрак 7-11	515	16,65	13,92	57,18	436,54	
Обед 7-11	Суп картофельный с бобовыми	200	15,04	2,86	15,68	192,6	113,04
	Макаронные изделия отварные	180	3,33	2,97	17,73	110,7	256,04
	Котлеты из кур паровые	90	15,48	15,14	0,32	198,34	20,06
	Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	13,2	1 091,01
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	495,01
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обед 7-11	800	44,18	22,58	105,43	868,77		
Итого за день	1 315	60,83	36,5	162,61	1305,31		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 12+	Суп молочный с макаронными	280	8,06	9,07	27,58	224,28	139,07
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Сыр полутвердый	20	5,2	5,36		70,67	1,19
	Итого за Завтрак 12+	550	18,81	16,23	60,13	478,24	
Обед 12+	Суп картофельный с бобовыми	250	8,3	3,58	14,6	115,75	113,07
	Макаронные изделия отварные	200	17,2	3,3	19,7	123	256,02
	Котлеты из кур паровые	100		16,82	0,36	220,38	20,07
	Помидоры свежие порционно	100	1,1	0,2	3,8	22	1 091,02
	Кондитерское изделие	50	9,25	11	26,25	222,5	12,02
	Компот из смеси сухофруктов	200		0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обед 12+	990	43,28	36,4	136,14	1065,96		
Итого за день	1 540	62,09	52,63	196,27	1544,2		

Технолог



А.Я.Мансурова



МЕНЮ 18.06.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 7-11

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 7-11							
	Каша манная молочная жидкая	150/5	4,55	4,83	22,86	216,22	230,01
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	462,01
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Масло сливочное	15	0,12	10,9	0,2	99	2
Итого за Завтрак 7-11		600	12,16	19,41	70,53	581,97	
Обед 7-11							
	Рассольник домашний	200	2	4,06	7,34	73,8	101,01
	Рагу овощное с мясом птицы	250	26,55	28,97	18,64	441,38	19
	Огурцы свежие (порциями)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	148,02
	Кондитерское изделие	50	5,25	11	26,25	222,5	12,02
	Напиток из шиповника	180	0,6	0,24	16,47	70,2	496,03
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обед 7-11		830	43,95	45,73	121,17	1092,81	
Итого за день		1 430	56,11	65,14	191,7	1674,78	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 12+							
	Каша манная молочная жидкая	200	6,07	6,44	30,48	209,9	230,07
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	462,01
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Масло сливочное	20	0,16	14,53	0,27	132	2,29
Итого за Завтрак 12+		650	13,72	24,65	78,22	608,65	
Обед 12+							
	Рассольник домашний	250	2,5	5,08	9,18	92,25	101,02
	Рагу овощное с мясом птицы	280	29,74	32,45	20,88	494,35	19,04
	Огурцы свежие (порциями)	100	0,7	0,1	1,9	11	148
	Напиток из шиповника	180	0,6	0,24	16,47	70,2	496,03
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,6	574,03
Итого за Обед 12+		920	42,14	39,17	97,09	932,4	
Итого за день		1 570	55,86	63,82	175,31	1541,05	

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО
 Е.М.Вахрушева

Утверждаю
 Директор ООО "Гурман"
 Х.С.Муниров

МЕНЮ 19.06.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО-11

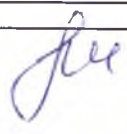
Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 7-11	Суп молочный с крупой	230	5,52	5,75	18,91	149,5	140
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Сыр полутвердый	15	3,9	4,02		53	1,11
	Итого за Завтрак 7-11	495	13,57	10,37	49,26	359,79	
Обед 7-11	Борщ с капустой и картофелем	200	6,95	9,53	7,37	182,95	95,11
	Картофель отварной с луком	180	4,97	9,26	18,52	176,57	152,15
	Биточки "Солнышко"	90	10,84	12,06	6,66	198,45	53
	Огурцы соленые (порциями)	60	0,48	0,06	1,02	6,6	149,15
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86	501,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обед 7-11	820	33,37	32,51	105,1	928,9		
Итого за день	1 315	46,94	42,88	154,36	1288,69		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 12+	Суп молочный с крупой	280	6,72	7	23,02	182	140,08
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Сыр полутвердый	20	5,2	5,36		70,67	1,19
	Итого за Завтрак 12+	550	16,07	12,96	53,37	409,96	
Обед 12+	Борщ с капустой и картофелем	250	6,95	9,53	44,87	267,95	95,01
	Картофель отварной с луком	180	4,97	9,26	18,52	176,57	152,15
	Биточки "Солнышко"	100	12,04	13,4	7,4	220,5	53,04
	Огурцы соленые (порциями)	100	0,8	0,1	1,7	11	149,16
	Кондитерское изделие	50	5,25	11	26,25	222,5	12,02
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86	501,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,6	574,03
Итого за Обед 12+	990	39,36	44,79	167,60	1249,12		
Итого за день	1 540	55,68	57,75	220,97	1659,08		

Технолог



А.Я.Мансурова

Согласовано
 Директор МБОУ СКОШИ ЧГО
 Е.М.Вахрушева

Утверждаю
 Директор ООО "Гурман"
 Х.С.Муниров

МЕНЮ 20.06.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО7-11

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 12+							
	Каша ячневая вязкая	180	6,36	5,83	29,08	194,23	227,1
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Масло сливочное (порциями)	15	0,73	8,5	0,15	79,5	79,04
Итого за Завтрак 12+		645	11,81	15,5	73,58	493,88	
Обед 12+							
	Суп с макаронными изд и картофелем.	200	19	20,48	38,58	417,2	129,1
	Каша рисовая рассыпчатая	150	2,27	2,97	23,61	130,24	218,12
	Печень по-строгановски	90	17,55	8,46	6,84	173,7	356,12
	Огурцы свежие (порциями)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	148,02
	Компот из яблок	180	0,24	0,12	20,64	84	486,07
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обед 12+		770	48,61	33,49	142,14	1090,07	
Итого за день		1 415	60,42	48,99	215,72	1583,95	

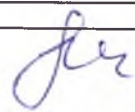
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО12-18

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 12+							
	Каша ячневая вязкая	200	7,06	6,48	32,31	215,81	227,06
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	21,05	119,29	154,06
	Масло сливочное (порциями)	15	0,73	8,5	0,15	79,5	79,04
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
Итого за Завтрак 12+		665	12,51	16,15	76,81	515,46	
Обед 12+							
	Суп с макаронными изделиями и	250	23,75	25,6	48,23	521,5	129,08
	Каша рисовая рассыпчатая	180	2,72	3,57	28,33	156,29	218,2
	Печень по-строгановски	100	19,5	9,4	7,6	193	356,13
	Огурцы свежие (порциями)	100	0,7	0,1	1,9	11	148
	Компот из яблок с/с	180	0,24	0,12	20,64	84	486,08
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,6	574,03
Итого за Обед 12+		920	55,51	40,09	155,36	1230,39	
Итого за день		1 585	68,02	56,24	232,17	1745,85	

Технолог



А.Я.Мансурова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730171

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен с 27.06.2024 по 27.06.2025