

УТВЕРЖДЕНО

УТВЕРЖДЕНО

Гарольева А.Ю

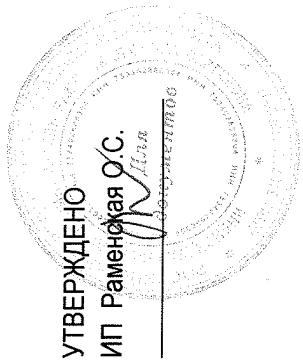


**MEHJO**

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

На 1 марта 2025 года

| 6 день                         |   | Наименование блюд                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |         |       |        |        | Минеральные вещества (мг) |        |      |        |  | Цена, руб |
|--------------------------------|---|-----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------------|---------|-------|--------|--------|---------------------------|--------|------|--------|--|-----------|
| № рец.                         | Б |                                   |              | Ж                    | У     | В1     |                         | С             | А (мкг) | В2    | Са     | Р      | Мg                        | Fe     |      |        |  |           |
| Суббота -1                     |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| Завтрак                        |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| 54-21к                         |   | Каша вязкая молочная ячневая      | 200          | 3,5                  | 4,7   | 18     | 147,1                   | 0,06          | 0,8     | 0,28  | 20,7   | 78,5   | 16,5                      | 111    | 0,43 | 34,00  |  |           |
| 54-23н-2020                    |   | Кофейный напиток с молоком        | 200          | 3,7                  | 2,9   | 11,3   | 86                      | 0,03          | 0,13    | 0,52  | 13,3   | 111    | 31                        | 107    | 1,07 | 24,15  |  |           |
| Пром.                          |   | Фрукт***                          | 150          | 0,9                  | 0,3   | 11,1   | 52,5                    | 0             | 0       | 9,8   | 0      | 20,1   | 15,5                      | 17,1   | 1    | 25,42  |  |           |
| Пром.                          |   | Хлеб пшеничный                    | 30           | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09    | 0,06  | 0      | 37,5   | 12,3                      | 38,7   | 1,08 | 2,88   |  |           |
|                                |   | Итого за завтрак                  |              | 10,4                 | 8,1   | 55,8   | 355,9                   | 0,21          | 1,02    | 10,66 | 34     | 247,1  | 75,3                      | 273,8  | 3,58 | 86,45  |  |           |
| Обед                           |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| 54-1м-2020                     |   | Бефстроганов из отварной говядины | 80           | 12                   | 12,4  | 1,9    | 167,5                   | 0,03          | 0,1     | 0,36  | 85,7   | 24     | 16                        | 121    | 1,62 | 50,69  |  |           |
| 54-6г-2020                     |   | Рис отварной                      | 150          | 3,7                  | 4,8   | 36,5   | 203,5                   | 0,03          | 0,03    | 0     | 18,4   | 6,9    | 24                        | 73     | 0,49 | 20,00  |  |           |
| 54-3хн-2020                    |   | Компот из чернослива              | 200          | 0,5                  | 0,2   | 19,5   | 81,3                    | 0             | 0,02    | 0,3   | 1,5    | 18     | 22                        | 18     | 0,67 | 10,00  |  |           |
| Пром.                          |   | Хлеб пшеничный                    | 60           | 3,4                  | 0,4   | 22,1   | 105,5                   | 0,18          | 0,14    | 0,09  | 0      | 56,25  | 18,45                     | 58,05  | 1,62 | 5,76   |  |           |
| Итого за обед                  |   |                                   |              | 19,60                | 17,80 | 80,00  | 557,80                  | 0,24          | 0,29    | 0,75  | 105,60 | 105,15 | 80,45                     | 270,05 | 4,40 | 86,45  |  |           |
| Итого за день                  |   |                                   |              | 30,00                | 25,90 | 135,80 | 913,70                  | 0,45          | 1,31    | 11,41 | 139,60 | 352,25 | 155,75                    | 543,85 | 7,98 | 172,90 |  |           |
| Количество детей на завтрак    |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| Количество детей на обед       |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| Количество детей в подлинк     |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| Всего детей                    |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| Ответственный по питанию (ФИО) |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |
| Шеф повар (ФИО)                |   |                                   |              |                      |       |        |                         |               |         |       |        |        |                           |        |      |        |  |           |



УТВЕРЖДЕНО  
ИП Раменская О.С.  
Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"  
Глагольева А.Ю.

**МЕНЮ**  
**для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей**  
**на 3 марта 2025 года**

| 7 день<br>№ рец. | Наименование блюд                | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность | Витамины (мг) |      |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | Цена, руб |        |
|------------------|----------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|----------------------------|---------------|------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|-----------|--------|
|                  |                                  |                 | Б                    | Ж     | У      |                            | B1            | C    | A (мкг) | B2                        | Ca     | P      | Mg     |           | Fe     |
| Понедельник- 2   |                                  |                 |                      |       |        |                            |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| Завтрак          |                                  |                 |                      |       |        |                            |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-13-2020       | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 25              | 3,5                  | 4,4   | 0      | 53,8                       | 0,01          | 0,05 | 0,11    | 39                        | 132    | 5,3    | 75     | 0,15      | 20,72  |
| 54-16к           | Каша молочная «Дружба»           | 200             | 5                    | 6,8   | 24,1   | 168,9                      | 0,07          | 0,12 | 0,53    | 27,2                      | 116    | 27     | 124    | 0,53      | 34,25  |
| 54-21гн-2020     | Какао с молоком                  | 200             | 4,6                  | 3,8   | 12,6   | 100,4                      | 0,04          | 0,17 | 0,68    | 17,3                      | 143    | 34     | 130    | 1,09      | 28,60  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 30              | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                       | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08      | 2,88   |
| Итого за завтрак |                                  |                 | 15,4                 | 15,2  | 52,1   | 393,4                      | 0,24          | 0,43 | 1,38    | 83,5                      | 428,5  | 78,6   | 367,7  | 2,85      | 86,45  |
| Обед             |                                  |                 |                      |       |        |                            |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-11м           | Плов из отварной говядины        | 200             | 15,3                 | 14,7  | 42,6   | 348,3                      | 0,07          | 0,12 | 0,72    | 262                       | 20     | 44     | 193    | 2,2       | 65,69  |
| 54-2хн-2020      | Компот из кураги                 | 200             | 1                    | 0,1   | 15,76  | 66,9                       | 0,01          | 0,03 | 0,32    | 70                        | 28     | 18     | 25     | 0,58      | 15,00  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 60              | 3,4                  | 0,4   | 22,1   | 105,5                      | 0,18          | 0,14 | 0,09    | 0                         | 56,25  | 18,45  | 58,05  | 1,62      | 5,76   |
| Итого за обед    |                                  |                 | 19,70                | 15,20 | 80,46  | 520,70                     | 0,26          | 0,29 | 1,13    | 332,00                    | 104,25 | 80,45  | 276,05 | 4,40      | 86,45  |
| Итого за день    |                                  |                 | 35,10                | 30,40 | 132,56 | 914,10                     | 0,50          | 0,72 | 2,51    | 415,50                    | 532,75 | 159,05 | 643,75 | 7,25      | 172,90 |

|                             |  |                                |                |
|-----------------------------|--|--------------------------------|----------------|
| Количество детей на завтрак |  | Ответственный по питанию (ФИО) | Медсестра В.И. |
| Количество детей на обед    |  | Шеф повар (ФИО)                | Медсестра В.И. |
| Количество детей в полдник  |  |                                |                |
| Всего детей                 |  |                                |                |

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №33"

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

МП



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глазольева А.Ю.

МП



МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов из многодетных семей

на 4 марта 2025 года

| 8 день      | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |   |   | Энергетическая<br>чекская<br>плотность | Витамины (мг) |   |         |    | Минеральные вещества (мг) |   |    |    | Цена, руб |
|-------------|--------------------|--------------|----------------------|---|---|----------------------------------------|---------------|---|---------|----|---------------------------|---|----|----|-----------|
|             |                    |              | Б                    | Ж | У |                                        | В1            | С | А (мкг) | В2 | Са                        | Р | Мg | Fe |           |
| № рец.      |                    |              |                      |   |   |                                        |               |   |         |    |                           |   |    |    |           |
| Вторник - 2 |                    |              |                      |   |   |                                        |               |   |         |    |                           |   |    |    |           |

Вторник - 2

|                  |                                  |     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |        |        |      |       |  |  |  |  |
|------------------|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|--------|------|-------|--|--|--|--|
| Завтрак          |                                  |     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |        |        |      |       |  |  |  |  |
| 54-13-2020       | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 30  | 3,5   | 4,4   | 0     | 53,8   | 0,01 | 0,05 | 0,11 | 39    | 132    | 5,3    | 75     | 0,15 | 20,72 |  |  |  |  |
| 188              | Запеканка рисовая с творогом     | 150 | 8,39  | 9,7   | 38,62 | 269,44 | 0,35 | 0,09 | 0    | 0,03  | 55,96  | 128,65 | 29,4   | 0,81 | 39,68 |  |  |  |  |
| 54-7соус         | Соус молочный спагетти           | 30  | 1,6   | 1,4   | 12,6  | 69,7   | 0,01 | 0,05 | 0,05 | 3,9   | 40,4   | 15,2   | 43,1   | 0,6  | 10,08 |  |  |  |  |
| 54-4гн-2020      | Чай с молоком и сахаром          | 200 | 1,6   | 1,1   | 8,7   | 50,9   | 0,01 | 0,07 | 0,3  | 6,9   | 57     | 9,9    | 46     | 0,77 | 13,09 |  |  |  |  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 30  | 2,3   | 0,2   | 15,4  | 70,3   | 0,12 | 0,09 | 0,06 | 0     | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08 | 2,88  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак |                                  |     | 17,39 | 16,80 | 75,32 | 514,14 | 0,50 | 0,35 | 0,52 | 49,83 | 322,86 | 171,35 | 232,20 | 3,41 | 86,45 |  |  |  |  |

Обед

|               |                            |     |       |       |        |          |      |      |      |        |        |        |        |       |        |  |  |  |  |
|---------------|----------------------------|-----|-------|-------|--------|----------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|--|--|--|--|
| 54-4-2020     | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,9   | 7,3   | 36     | 233,7    | 0,21 | 0,12 | 0    | 19,2   | 15     | 120    | 181    | 4,04  | 20,00  |  |  |  |  |
| 54-25м        | Курица тушеная с морковью  | 90  | 10    | 5,2   | 4,3    | 113,8    | 0,04 | 0,05 | 0,02 | 257,4  | 20,7   | 49,5   | 100,8  | 0,9   | 40,69  |  |  |  |  |
| 54-3хн-2020   | Компот из черноплода       | 200 | 0,5   | 0,2   | 19,5   | 81,3     | 0    | 0,02 | 0,3  | 1,5    | 18     | 22     | 18     | 0,67  | 20,00  |  |  |  |  |
| Пром.         | Хлеб пшеничный             | 60  | 2,6   | 0,4   | 17,9   | 83,4     | 0,14 | 0,1  | 0,07 | 0      | 43,8   | 14,4   | 45,2   | 1,3   | 5,76   |  |  |  |  |
| Итого за обед |                            |     | 20,00 | 13,10 | 77,70  | 512,20   | 0,39 | 0,29 | 0,39 | 278,10 | 97,50  | 205,90 | 345,00 | 6,91  | 86,45  |  |  |  |  |
| Итого за день |                            |     | 37,39 | 29,90 | 153,02 | 1 026,34 | 0,89 | 0,64 | 0,91 | 327,93 | 420,36 | 377,25 | 577,20 | 10,32 | 172,90 |  |  |  |  |

|                              |  |                                |  |
|------------------------------|--|--------------------------------|--|
| Количество детей на завтрак  |  | Ответственный по питанию (ФИО) |  |
| Количество детей на обед     |  |                                |  |
| Количество детей в подлинник |  |                                |  |
| Всего детей                  |  |                                |  |

Шеф повар (ФИО) Глазольева А.Ю.

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

МП

## МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 5 марта 2025 года

| 9 день<br>№ рец. | Наименование блюд               | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность | Витамины (мг) |      |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | Цена, руб |        |
|------------------|---------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|----------------------------|---------------|------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|-----------|--------|
|                  |                                 |                 | Б                    | Ж     | У      |                            | B1            | C    | A (мкг) | B2                        | Ca     | P      | Mg     |           | Fe     |
| Среда - 2        |                                 |                 |                      |       |        |                            |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| Завтрак          |                                 |                 |                      |       |        |                            |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-21к           | Каша вязкая молочная яичная     | 200             | 3,5                  | 4,7   | 18     | 147,1                      | 0,06          | 0,8  | 0,28    | 20,7                      | 78,5   | 16,5   | 111    | 0,43      | 43,10  |
| 54-23гн-2020     | Кофейный напиток с молоком      | 200             | 3,7                  | 2,9   | 11,3   | 86                         | 0,03          | 0,13 | 0,52    | 13,3                      | 111    | 31     | 107    | 1,07      | 24,15  |
| Пром.            | Фрукт***                        | 80              | 0,9                  | 0,3   | 11,1   | 52,5                       | 0             | 0    | 9,8     | 0                         | 20,1   | 15,5   | 17,1   | 1         | 16,32  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                  | 30              | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                       | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08      | 2,88   |
| Итого за завтрак |                                 |                 | 10,4                 | 8,1   | 55,8   | 355,9                      | 0,21          | 1,02 | 10,66   | 34                        | 247,1  | 75,3   | 273,8  | 3,58      | 86,45  |
| Обед             |                                 |                 |                      |       |        |                            |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-11р-2020      | Рыба тушеная в томате с овощами | 70              | 9,6                  | 6,9   | 4,4    | 103                        | 0,06          | 0,06 | 1,91    | 221                       | 31     | 39     | 146    | 0,74      | 50,69  |
| 54-6г-2020       | Рис отварной                    | 150             | 3,7                  | 4,8   | 36,5   | 203,5                      | 0,03          | 0,03 | 0       | 18,4                      | 6,9    | 24     | 73     | 0,49      | 15,00  |
| 54-2хн-2020      | Компот из кураги                | 200             | 1                    | 0,1   | 15,76  | 66,9                       | 0,01          | 0,03 | 0,32    | 70                        | 28     | 18     | 25     | 0,58      | 15,00  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                  | 60              | 3,4                  | 0,4   | 22,1   | 105,5                      | 0,18          | 0,14 | 0,09    | 0                         | 56,25  | 18,45  | 58,05  | 1,62      | 5,76   |
| Итого за обед    |                                 |                 | 17,70                | 12,20 | 78,76  | 478,90                     | 0,28          | 0,26 | 2,32    | 309,40                    | 122,15 | 99,45  | 302,05 | 3,43      | 86,45  |
| Итого за день    |                                 |                 | 28,10                | 20,30 | 134,56 | 834,80                     | 0,49          | 1,28 | 12,98   | 343,40                    | 369,25 | 174,75 | 575,85 | 7,01      | 172,90 |

|                             |  |                                |                      |
|-----------------------------|--|--------------------------------|----------------------|
| Количество детей на завтрак |  | Ответственный по питанию (ФИО) | Иванов Иван Иванович |
| Количество детей на обед    |  | Шеф повар (ФИО)                | Петров Петр Петрович |
| Количество детей в полдник  |  |                                |                      |
| Всего детей                 |  |                                |                      |

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №33"

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

МП

МП

М Е Н Ю

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 6 марта 2025 года

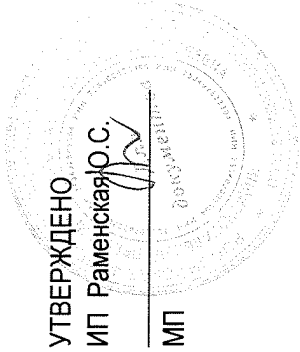
| 10 день                           |                                | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |        |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |         |        |        |        | Минеральные вещества (мг) |       |        |  |  | Цена, руб |
|-----------------------------------|--------------------------------|--------------------|--------------|----------------------|--------|--------|-------------------------|---------------|---------|--------|--------|--------|---------------------------|-------|--------|--|--|-----------|
| № рец.                            | Б                              |                    |              | Ж                    | У      | В1     |                         | С             | А (мкг) | В2     | Са     | Р      | Мg                        | Fe    |        |  |  |           |
| Четверг - 2                       |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Завтрак                           |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| 54-1м                             | Плов из отварной говядины      | 200                | 14,8         | 14,9                 | 42,6   | 348,3  | 0,07                    | 0,12          | 0,72    | 262    | 20     | 44     | 193                       | 2,2   | 78,57  |  |  |           |
| 54-2гн-2020                       | Чай с сахаром                  | 200                | 0,2          | 0                    | 6,5    | 26,8   | 0                       | 0,01          | 0,04    | 0,3    | 4,5    | 3,8    | 7,2                       | 0,73  | 5,00   |  |  |           |
| Пром.                             | Хлеб пшеничный                 | 30                 | 2,3          | 0,3                  | 15,4   | 70,3   | 0,12                    | 0,09          | 0,06    | 0      | 37,5   | 12,3   | 38,7                      | 1,08  | 2,88   |  |  |           |
| Итого за завтрак                  |                                |                    | 17,30        | 15,20                | 64,50  | 445,40 | 0,19                    | 0,22          | 0,82    | 262,30 | 62,00  | 60,10  | 238,90                    | 4,01  | 86,45  |  |  |           |
| Обед                              |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| 54-18м-2020                       | Печень говяжья по-строгановски | 50                 | 8,4          | 7,9                  | 3,3    | 118,25 | 0,1                     | 0,8           | 6,2     | 2363,1 | 19,4   | 8,8    | 138,1                     | 2,9   | 45,69  |  |  |           |
| 54-1г-2020                        | Каша перловая рассыпчатая      | 150                | 5,4          | 4,9                  | 32,8   | 196,8  | 0,06                    | 0,03          | 0       | 18,4   | 12     | 7,2    | 41                        | 0,73  | 15,00  |  |  |           |
| 54-32хн-2020                      | Компот из кураги               | 200                | 0,15         | 0,14                 | 9,93   | 41,5   | 0,01                    | 0,01          | 1,6     | 1,2    | 58     | 3,1    | 3,8                       | 0,79  | 15,00  |  |  |           |
| 54-1соус-2020                     | Соус сметанный                 | 20                 | 0,3          | 1,6                  | 0,6    | 18,6   | 0,002                   | 0,008         | 0,02    | 7,8    | 8      | 0,9    | 5,8                       | 0,02  | 5,00   |  |  |           |
| Пром.                             | Хлеб пшеничный                 | 60                 | 4,5          | 0,5                  | 29,5   | 140,7  | 0,24                    | 0,02          | 0,12    | 0      | 75     | 24,6   | 77,4                      | 2,16  | 5,76   |  |  |           |
| Итого за обед                     |                                |                    | 18,75        | 15,04                | 76,13  | 515,85 | 0,41                    | 0,87          | 7,94    |        | 172,40 | 44,60  | 266,10                    | 6,60  | 86,45  |  |  |           |
| Итого за день                     |                                |                    | 36,05        | 30,24                | 140,63 | 961,25 | 0,60                    | 1,09          | 8,76    | 262,30 | 234,40 | 104,70 | 505,00                    | 10,61 | 172,90 |  |  |           |
| Количество детей на завтрак       |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Количество детей на обед          |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Количество детей в полдник        |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Всего детей                       |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Ответственный по питанию (ФИО)    |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Шеф повар (ФИО)                   |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Подпись ответственного за питание |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Подпись шеф-повара                |                                |                    |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |

Ответственный по питанию (ФИО)

Глагольева А.Ю.

Шеф повар (ФИО)

Раменская О.С.



УТВЕРЖДЕНО  
ИП Раменская Ю.С.

МП

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"  
Глагольева А.Ю.

МП

## МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей  
на 7 марта 2025 года

| 11 день          | № рец. | Наименование блюд                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |      |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | Цена, руб |        |
|------------------|--------|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------------|------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|-----------|--------|
|                  |        |                                  |              | Б                    | Ж     | У      |                         | B1            | C    | A (мкг) | B2                        | Ca     | P      | Mg     |           | Fe     |
| Пятница - 2      |        |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| Завтрак          |        |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-1з-2020       |        | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 30           | 3,5                  | 4,4   | 0      | 53,8                    | 0,01          | 0,05 | 0,11    | 39                        | 132    | 5,3    | 75     | 0,15      | 22,26  |
| 54-22к-2020      |        | Каша жидкая молочная овсяная     | 210          | 6,8                  | 7,7   | 24,7   | 192,6                   | 0,14          | 0,17 | 0,61    | 29,1                      | 146    | 46     | 188    | 1,2       | 37,16  |
| 54-23гн-2020     |        | Кофейный напиток с молоком       | 200          | 3,8                  | 2,9   | 11,3   | 86                      | 0,03          | 0,13 | 0,52    | 13,3                      | 111    | 31     | 107    | 1,07      | 24,15  |
| Пром.            |        | Хлеб пшеничный                   | 30           | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08      | 2,88   |
| Итого за завтрак |        |                                  |              | 16,40                | 15,20 | 51,40  | 402,70                  | 0,30          | 0,44 | 1,30    | 81,40                     | 426,50 | 94,60  | 408,70 | 3,50      | 86,45  |
| Обед             |        |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-2м            |        | Гуляш из говядины                | 60           | 10,8                 | 10,8  | 3,6    | 148,5                   | 0,02          | 0,07 | 0,8     | 15,3                      | 9      | 14,3   | 99,8   | 1,5       | 35,69  |
| 54-9г            |        | Рагу из овощей                   | 150          | 2,8                  | 7,4   | 18,8   | 133,4                   | 0,07          | 0,08 | 12,2    | 309                       | 56     | 29     | 70     | 1,02      | 30,00  |
| 54-1хн-2020      |        | Компот из смеси сухофруктов      | 200          | 0,5                  | 0     | 19,8   | 81                      | 0             | 0    | 0,02    | 15                        | 50     | 2,1    | 4,3    | 0,09      | 15,00  |
| Пром.            |        | Хлеб пшеничный                   | 60           | 3,4                  | 0,4   | 25,7   | 127,3                   | 0,2           | 0,02 | 0,1     | 0                         | 62,5   | 20,5   | 64,5   | 1,8       | 5,76   |
| Итого за обед    |        |                                  |              | 6,70                 | 7,80  | 64,30  | 341,70                  | 0,27          | 0,10 | 12,32   | 324,00                    | 168,50 | 51,60  | 138,80 | 2,91      | 86,45  |
| Итого за день    |        |                                  |              | 23,10                | 23,00 | 115,70 | 744,40                  | 0,57          | 0,54 | 13,62   | 405,40                    | 595,00 | 146,20 | 547,50 | 6,41      | 172,90 |

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| Количество детей на завтрак |  |
| Количество детей на обед    |  |
| Количество детей в полдник  |  |
| Всего детей                 |  |

Ответственный по питанию (ФИО)

*М.В. Вилькина Н.А.*

Шеф повар (ФИО)

*А.В. Александров А.В.*

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №33"

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

МП

МП

МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 10 марта 2025 года



| 1 день                         |                                  | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) |        |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |         |        |        | Минеральные вещества (мг) |        |      |        | Цена, руб |
|--------------------------------|----------------------------------|-------------------|--------------|----------------------|--------|--------|-------------------------|---------------|---------|--------|--------|---------------------------|--------|------|--------|-----------|
| № рец.                         | Б                                |                   |              | Ж                    | У      | В1     |                         | С             | А (мкг) | В2     | Са     | Р                         | Мg     | Fe   |        |           |
| Понедельник-1                  |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| Завтрак                        |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| 54-21к-2020                    | Каша вязкая молочная ячневая     | 200               | 7,3          | 9,3                  | 34     | 249,1  | 0,12                    | 0,17          | 0,57    | 41,5   | 157    | 33                        | 222    | 0,86 | 42,27  |           |
| 54-13-2020                     | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 25                | 7            | 8,8                  | 0      | 107,6  | 0,02                    | 0,1           | 0,22    | 78     | 264    | 10,6                      | 150    | 0,3  | 26,30  |           |
| 54-3гн-2020                    | Чай с лимоном и сахаром          | 200               | 0,3          | 0                    | 6,7    | 27,9   | 0                       | 0,01          | 1,16    | 0,38   | 6,9    | 4,6                       | 8,5    | 0,77 | 15,00  |           |
| Пром.                          | Хлеб пшеничный                   | 30                | 2,3          | 0,2                  | 15,4   | 70,3   | 0,12                    | 0,09          | 0,06    | 0      | 37,5   | 12,3                      | 38,7   | 1,08 | 2,88   |           |
| Итого за завтрак               |                                  |                   | 16,90        | 18,30                | 56,10  | 454,90 | 0,26                    | 0,37          | 2,01    | 119,88 | 465,40 | 60,50                     | 419,20 | 3,01 | 86,45  |           |
| Обед                           |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| 54-23м-2020                    | Шницель из курицы                | 55                | 7,8          | 4,1                  | 6,7    | 90,3   | 0,03                    | 0,04          | 0,3     | 3,1    | 14,7   | 32                        | 72     | 0,7  | 50,69  |           |
| 54-21г-2020                    | Горошница                        | 150               | 9,5          | 3,1                  | 35,1   | 183,8  | 0,4                     | 0,07          | 0       | 0,7    | 62,4   | 56                        | 172    | 3,6  | 15,00  |           |
| 54-1хн-2020                    | Компот из смеси сухофруктов      | 200               | 0,5          | 0                    | 19,8   | 81     | 0                       | 0             | 0,02    | 15     | 50     | 2,1                       | 4,3    | 0,09 | 15,00  |           |
| Пром.                          | Хлеб пшеничный                   | 60                | 2,6          | 0,4                  | 17,9   | 83,4   | 0,14                    | 0,1           | 0,07    | 0      | 43,8   | 14,4                      | 45,2   | 1,3  | 5,76   |           |
| Итого за обед                  |                                  |                   | 20,40        | 7,60                 | 79,50  | 438,50 | 0,57                    | 0,21          | 0,39    | 18,80  | 170,90 | 104,50                    | 293,50 | 5,69 | 86,45  |           |
| Итого за день                  |                                  |                   | 37,30        | 25,90                | 135,60 | 893,40 | 0,83                    | 0,58          | 2,40    | 138,68 | 636,30 | 165,00                    | 712,70 | 8,70 | 172,90 |           |
| Количество детей на завтрак    |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| Количество детей на обед       |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| Количество детей в полдник     |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| Всего детей                    |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| Ответственный по питанию (ФИО) |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |
| Шеф повар (ФИО)                |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |                           |        |      |        |           |

Ответственный по питанию (ФИО)

*Глагольева А.Ю.*

Шеф повар (ФИО)

*А.И. Глагольева*



УТВЕРЖДЕНО  
ИП Раменская О.С.  
МП

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"  
Глагольева А.Ю.  
МП

**МЕНЮ**  
**для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей**  
**на 11 марта 2025 года**

| 2 день<br>№ рец. | Наименование блюд                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Витамины (мг) |       |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | Цена, руб |       |        |
|------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|---------------|-------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|-----------|-------|--------|
|                  |                                  |              | Б                    | Ж     | У      | В1            | С     | А (мкг) | В2                        | Ca     | P      | Mg     |           | Fe    |        |
| Вторник -1       |                                  |              |                      |       |        |               |       |         |                           |        |        |        |           |       |        |
| Завтрак          |                                  |              |                      |       |        |               |       |         |                           |        |        |        |           |       |        |
| 54-1з-2020       | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 15           | 3,5                  | 4,4   | 0      | 53,8          | 0,01  | 0,05    | 0,11                      | 39     | 132    | 5,3    | 75        | 0,15  | 15,20  |
| 188              | Запеканка рисовая с творогом     | 200          | 8,39                 | 9,7   | 38,62  | 269,44        | 0,35  | 0,09    | 0                         | 0,03   | 55,96  | 128,65 | 29,4      | 0,81  | 44,80  |
| 54-7соус         | Соус молочный сладкий            | 30           | 1,6                  | 1,4   | 12,6   | 69,7          | 0,01  | 0,05    | 0,05                      | 3,9    | 40,4   | 15,2   | 43,1      | 0,6   | 13,57  |
| 54-4гн-2020      | Чай с молоком и сахаром          | 200          | 1,6                  | 1,1   | 8,7    | 50,9          | 0,01  | 0,07    | 0,3                       | 6,9    | 57     | 9,9    | 46        | 0,77  | 10,00  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 30           | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3          | 0,12  | 0,09    | 0,06                      | 0      | 37,5   | 12,3   | 38,7      | 1,08  | 2,88   |
| Итого за завтрак |                                  |              | 17,39                | 16,80 | 75,32  | 514,14        | 0,50  | 0,35    | 0,52                      | 49,83  | 322,86 | 171,35 | 232,20    | 3,41  | 86,45  |
| Обед             |                                  |              |                      |       |        |               |       |         |                           |        |        |        |           |       |        |
| 54-11р-2020      | Рыба тушеная в томате с овощами  | 70           | 9,6                  | 5,2   | 4,4    | 103           | 0,06  | 0,06    | 1,91                      | 221    | 31     | 39     | 146       | 0,74  | 45,69  |
| 54-6г-2020       | Рис отварной                     | 150          | 3,7                  | 4,8   | 36,5   | 203,5         | 0,03  | 0,03    | 0                         | 18,4   | 6,9    | 24     | 73        | 0,49  | 20,00  |
| 54-5соус-2020    | Соус молочный натуральный        | 20           | 0,7                  | 1,5   | 1,9    | 23,8          | 0,008 | 0,026   | 0,1                       | 6,96   | 22     | 2,6    | 17,4      | 0,038 | 5,00   |
| 54-13хн-2020     | Напиток из шиповника             | 200          | 0,6                  | 0,2   | 15,2   | 65,3          | 0,01  | 0,05    | 80                        | 98     | 11     | 3      | 3         | 0,54  | 10,00  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 60           | 4,5                  | 0,5   | 29,5   | 140,7         | 0,24  | 0,02    | 0,12                      | 0      | 75     | 24,6   | 77,4      | 2,16  | 5,76   |
| Итого за обед    |                                  |              | 19,10                | 12,20 | 87,50  | 536,30        | 0,35  | 0,19    | 82,13                     | 344,36 | 145,90 | 93,20  | 316,80    | 3,97  | 86,45  |
| Итого за день    |                                  |              | 36,49                | 29,00 | 162,82 | 1 050,44      | 0,85  | 0,54    | 82,65                     | 394,19 | 468,76 | 264,55 | 549,00    | 7,38  | 172,90 |

|                             |                                |                 |
|-----------------------------|--------------------------------|-----------------|
| Количество детей на завтрак | Ответственный по питанию (ФИО) | Кирилова Н.А.   |
| Количество детей на обед    |                                |                 |
| Количество детей в полдник  | Шеф повар (ФИО)                | Тригоресов Д.А. |
| Всего детей                 |                                |                 |



## Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №33"

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

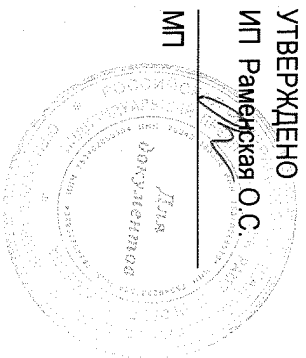
МП

МП

## МЕНЮ

## для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 12 марта 2025 года



| 3 день                         |                           | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) |        |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |         |        |        |        |        | Минеральные вещества (мг) |  |        |  | Цена, руб |
|--------------------------------|---------------------------|-------------------|--------------|----------------------|--------|--------|-------------------------|---------------|---------|--------|--------|--------|--------|---------------------------|--|--------|--|-----------|
| № рец.                         | Б                         |                   |              | Ж                    | У      | В1     |                         | С             | А (мкг) | В2     | Са     | Р      | Mg     | Fe                        |  |        |  |           |
| Среда - 1                      |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Завтрак                        |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| 54-11м                         | Плов из отварной говядины | 200               | 14,8         | 14,9                 | 42,6   | 348,3  | 0,07                    | 0,12          | 0,72    | 262    | 20     | 44     | 193    | 2,2                       |  | 78,57  |  |           |
| 54-2гн-2020                    | Чай с сахаром             | 200               | 0,2          | 0                    | 6,5    | 26,8   | 0                       | 0,01          | 0,04    | 0,3    | 4,5    | 3,8    | 7,2    | 0,73                      |  | 5,00   |  |           |
| Пром.                          | Хлеб пшеничный            | 30                | 2,3          | 0,3                  | 15,4   | 70,3   | 0,12                    | 0,09          | 0,06    | 0      | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08                      |  | 2,88   |  |           |
| Итого за завтрак               |                           |                   | 17,30        | 15,20                | 64,50  | 445,40 | 0,19                    | 0,22          | 0,82    | 262,30 | 62,00  | 60,10  | 238,90 | 4,01                      |  | 86,45  |  |           |
| Обед                           |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| 54-18м-2020                    | Печень по-Строгоновски    | 50                | 8,4          | 7,9                  | 3,3    | 118,25 | 0,1                     | 0,8           | 6,2     | 2363,1 | 19,4   | 8,8    | 138,1  | 2,9                       |  | 35,69  |  |           |
| 54-1соус-2020                  | Соус сметанный            | 20                | 0,3          | 1,6                  | 0,6    | 18,6   | 0,002                   | 0,008         | 0,02    | 7,8    | 8      | 0,9    | 5,8    | 0,02                      |  | 10,00  |  |           |
| 54-5г-2020                     | Макароны отв.             | 150               | 4,4          | 5,3                  | 30,5   | 187,1  | 0,05                    | 0,03          | 0       | 20,3   | 19,5   | 17,3   | 142,5  | 0,8                       |  | 15,00  |  |           |
| 54-2хн-2020                    | Компот из яблок           | 200               | 1            | 0,1                  | 15,76  | 66,9   | 0,01                    | 0,03          | 0,32    | 70     | 28     | 18     | 25     | 0,58                      |  | 20,00  |  |           |
| Пром.                          | Хлеб пшеничный            | 60                | 3,4          | 0,4                  | 22,1   | 105,5  | 0,18                    | 0,14          | 0,09    | 0      | 56,25  | 18,45  | 58,05  | 1,62                      |  | 5,76   |  |           |
| Итого за обед                  |                           |                   | 17,50        | 15,30                | 72,26  | 496,35 | 0,34                    | 1,01          | 6,63    |        | 131,15 | 63,45  | 369,45 | 5,92                      |  | 86,45  |  |           |
| Итого за день                  |                           |                   | 34,80        | 30,50                | 136,76 | 941,75 | 0,53                    | 1,23          | 7,45    | 262,30 | 193,15 | 123,55 | 608,35 | 9,93                      |  | 172,90 |  |           |
| Количество детей на завтрак    |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Количество детей на обед       |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Количество детей в подлинник   |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Всего детей                    |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Ответственный по питанию (ФИО) |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Шеф повар (ФИО)                |                           |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

МП

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

МП

## МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей  
на 13 марта 2025 года

| 4 день           | № рец. | Наименование блюд                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |      |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | Цена, руб |        |
|------------------|--------|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------------|------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|-----------|--------|
|                  |        |                                  |              | Б                    | Ж     | У      |                         | В1            | С    | А (мкг) | В2                        | Ca     | P      | Mg     |           | Fe     |
| Четверг-1        |        |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| Завтрак          |        |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-1з-2020       |        | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 20           | 3,5                  | 4,4   | 0      | 53,8                    | 0,01          | 0,05 | 0,11    | 39                        | 132    | 5,3    | 75     | 0,15      | 20,28  |
| 54-22к-2020      |        | Каша жидкая молочная овсяная     | 200          | 6,8                  | 7,6   | 24,7   | 192,6                   | 0,14          | 0,17 | 0,61    | 29,1                      | 146    | 46     | 188    | 1,2       | 39,14  |
| 54-23гн-2020     |        | Кофейный напиток с молоком       | 200          | 3,8                  | 2,9   | 11,3   | 86                      | 0,03          | 0,13 | 0,52    | 13,3                      | 111    | 31     | 107    | 1,07      | 24,15  |
| Пром.            |        | Хлеб пшеничный                   | 30           | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08      | 2,88   |
| Итого за завтрак |        |                                  |              | 16,40                | 15,10 | 51,40  | 402,70                  | 0,30          | 0,44 | 1,30    | 81,40                     | 426,50 | 94,60  | 408,70 | 3,50      | 86,45  |
| Обед             |        |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-25м           |        | Курица тушеная с морковью        | 90           | 10                   | 5,2   | 4,3    | 113,8                   | 0,04          | 0,05 | 0,02    | 257,4                     | 20,7   | 49,5   | 100,8  | 0,9       | 50,00  |
| 54-4г-2020       |        | Каша гречневая рассыпчатая       | 150          | 5,2                  | 7,3   | 36     | 233,7                   | 0,21          | 0,12 | 0       | 19,2                      | 15     | 120    | 181    | 4,04      | 20,00  |
| 54-1хн-2020      |        | Компот из смеси сухофруктов      | 200          | 0,5                  | 0     | 19,8   | 81                      | 0             | 0    | 0,02    | 15                        | 50     | 2,1    | 4,3    | 0,09      | 10,69  |
| Пром.            |        | Хлеб пшеничный                   | 60           | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08      | 5,76   |
| Итого за обед    |        |                                  |              | 18,00                | 12,70 | 75,50  | 498,80                  | 0,37          | 0,26 | 0,10    | 291,60                    | 123,20 | 183,90 | 324,80 | 6,11      | 86,45  |
| Итого за день    |        |                                  |              | 34,40                | 27,80 | 126,90 | 901,50                  | 0,67          | 0,70 | 1,40    | 373,00                    | 549,70 | 278,50 | 733,50 | 9,61      | 172,90 |

Количество детей на завтрак

Количество детей на обед

Количество детей в полдник

Ответственный по питанию (ФИО)

Шеф повар (ФИО)

## Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №33"

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

МП

## МЕНЮ

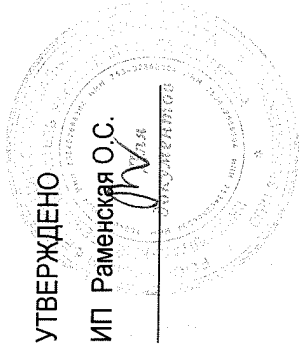
для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 14 марта 2025 года

| 5 День                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) |        |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |         |        |        |        | Минеральные вещества (мг) |       |        |  |  | Цена, руб |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------|--------------|----------------------|--------|--------|-------------------------|---------------|---------|--------|--------|--------|---------------------------|-------|--------|--|--|-----------|
| № рец.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Б                                |                   |              | Ж                    | У      | В1     |                         | С             | А (мкг) | В2     | Са     | Р      | Mg                        | Fe    |        |  |  |           |
| Пятница - 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Завтрак                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| 54-13-2020                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 35                | 3,5          | 4,4                  | 0      | 53,8   | 0,01                    | 0,05          | 0,11    | 39     | 132    | 5,3    | 75                        | 0,15  | 35,49  |  |  |           |
| 54-24к-2020                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Каша жидкая молочная пшениная    | 200               | 8,3          | 10,1                 | 37,6   | 274,9  | 0,18                    | 0,15          | 0,54    | 41,6   | 143    | 49     | 186                       | 1,32  | 33,08  |  |  |           |
| 54-4гн-2020                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Чай с молоком и сахаром          | 200               | 1,6          | 1,1                  | 8,7    | 50,9   | 0,01                    | 0,07          | 0,3     | 6,9    | 57     | 9,9    | 46                        | 0,77  | 15,00  |  |  |           |
| Пром.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Хлеб пшеничный                   | 30                | 2,3          | 0,2                  | 15,4   | 70,3   | 0,12                    | 0,09          | 0,06    | 0      | 37,5   | 12,3   | 38,7                      | 1,08  | 2,88   |  |  |           |
| Итого за завтрак                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                  |                   | 15,70        | 15,80                | 61,70  | 449,90 | 0,32                    | 0,36          | 1,01    | 87,50  | 369,50 | 76,50  | 345,70                    | 3,32  | 86,45  |  |  |           |
| Обед                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| 54-23м-2020                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Биточек из курицы                | 60                | 10,5         | 3,1                  | 8,1    | 101,1  | 0,04                    | 0,05          | 0,4     | 3,8    | 17,6   | 38,4   | 86,4                      | 0,8   | 40,69  |  |  |           |
| 54-11г-2020                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Картофельное пюре                | 150               | 3,2          | 5,3                  | 19,8   | 139,4  | 0,12                    | 0,11          | 10,2    | 23,8   | 39     | 28     | 84                        | 1,03  | 25,00  |  |  |           |
| 54-5соус-2020                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Соус молочный натуральный        | 20                | 0,7          | 1,5                  | 1,9    | 23,8   | 0,008                   | 0,026         | 0,1     | 6,96   | 22     | 2,6    | 17,4                      | 0,038 | 5,00   |  |  |           |
| 54-1хн-2020                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Компот из смеси сухофруктов      | 200               | 0,5          | 0                    | 19,8   | 81     | 0                       | 0             | 0,02    | 15     | 50     | 2,1    | 4,3                       | 0,09  | 10,00  |  |  |           |
| Пром.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Хлеб пшеничный                   | 60                | 3,4          | 0,4                  | 25,7   | 127,3  | 0,2                     | 0,02          | 0,1     | 0      | 62,5   | 20,5   | 64,5                      | 1,8   | 5,76   |  |  |           |
| Итого за обед                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                  |                   | 18,30        | 10,30                | 75,30  | 472,60 | 0,37                    | 0,21          | 10,82   | 49,56  | 191,10 | 91,60  | 256,60                    | 3,76  | 86,45  |  |  |           |
| Итого за день                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                  |                   | 34,00        | 26,10                | 137,00 | 922,50 | 0,69                    | 0,57          | 11,83   | 137,06 | 560,60 | 168,10 | 602,30                    | 7,08  | 172,90 |  |  |           |
| Количество детей на завтрак                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Количество детей на обед                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Количество детей в полдник                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Всего детей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |
| Ответственный по питанию (ФИО) <u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                </u> |                                  |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |                           |       |        |  |  |           |

Ответственный по питанию (ФИО)

Шеф повар (ФИО)



УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

## МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 15 марта 2025 года

| 6 день                         |   | Наименование блюд                 | Масса порции             | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |         |       |        | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | Цена, руб |
|--------------------------------|---|-----------------------------------|--------------------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------------|---------|-------|--------|---------------------------|--------|--------|------|-----------|
| № рец.                         | Б |                                   |                          | Ж                    | У     | В1     |                         | С             | А (мкг) | В2    | Ca     | P                         | Mg     | Fe     |      |           |
| Суббота -1                     |   |                                   |                          |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| Завтрак                        |   |                                   |                          |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| 54-21к                         |   | Каша вязкая молочная ячневая      | 200                      | 3,5                  | 4,7   | 18     | 147,1                   | 0,06          | 0,8     | 0,28  | 20,7   | 78,5                      | 16,5   | 111    | 0,43 | 34,00     |
| 54-23гн-2020                   |   | Кофейный напиток с молоком        | 200                      | 3,7                  | 2,9   | 11,3   | 86                      | 0,03          | 0,13    | 0,52  | 13,3   | 111                       | 31     | 107    | 1,07 | 24,15     |
| Пром.                          |   | Фрукт***                          | 150                      | 0,9                  | 0,3   | 11,1   | 52,5                    | 0             | 0       | 9,8   | 0      | 20,1                      | 15,5   | 17,1   | 1    | 25,42     |
| Пром.                          |   | Хлеб пшеничный                    | 30                       | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09    | 0,06  | 0      | 37,5                      | 12,3   | 38,7   | 1,08 | 2,88      |
|                                |   | Итого за завтрак                  |                          | 10,4                 | 8,1   | 55,8   | 355,9                   | 0,21          | 1,02    | 10,66 | 34     | 247,1                     | 75,3   | 273,8  | 3,58 | 86,45     |
| Обед                           |   |                                   |                          |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| 54-1м-2020                     |   | Бефстроганов из отварной говядины | 80                       | 12                   | 12,4  | 1,9    | 167,5                   | 0,03          | 0,1     | 0,36  | 85,7   | 24                        | 16     | 121    | 1,62 | 50,69     |
| 54-6г-2020                     |   | Рис отварной                      | 150                      | 3,7                  | 4,8   | 36,5   | 203,5                   | 0,03          | 0,03    | 0     | 18,4   | 6,9                       | 24     | 73     | 0,49 | 20,00     |
| 54-3хн-2020                    |   | Компот из чернослива              | 200                      | 0,5                  | 0,2   | 19,5   | 81,3                    | 0             | 0,02    | 0,3   | 1,5    | 18                        | 22     | 18     | 0,67 | 10,00     |
| Пром.                          |   | Хлеб пшеничный                    | 60                       | 3,4                  | 0,4   | 22,1   | 105,5                   | 0,18          | 0,14    | 0,09  | 0      | 56,25                     | 18,45  | 58,05  | 1,62 | 5,76      |
| Итого за обед                  |   |                                   |                          | 19,60                | 17,80 | 80,00  | 557,80                  | 0,24          | 0,29    | 0,75  | 105,60 | 105,15                    | 80,45  | 270,05 | 4,40 | 86,45     |
| Итого за день                  |   |                                   |                          | 30,00                | 25,90 | 135,80 | 913,70                  | 0,45          | 1,31    | 11,41 | 139,60 | 352,25                    | 155,75 | 543,85 | 7,98 | 172,90    |
| Количество детей на завтрак    |   |                                   | И.И. Р.И. Р.И. Р.И. Р.И. |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| Количество детей на обед       |   |                                   | О.И. Р.И. Р.И. Р.И. Р.И. |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| Количество детей в полдник     |   |                                   | О.И. Р.И. Р.И. Р.И. Р.И. |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| Всего детей                    |   |                                   | О.И. Р.И. Р.И. Р.И. Р.И. |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| Ответственный по питанию (ФИО) |   |                                   | И.И. Р.И. Р.И. Р.И. Р.И. |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |
| Шеф повар (ФИО)                |   |                                   | О.И. Р.И. Р.И. Р.И. Р.И. |                      |       |        |                         |               |         |       |        |                           |        |        |      |           |

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

## МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей  
на 17 марта 2025 года

| 7 день   | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) |   |   | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |   |         |    |    | Минеральные вещества (мг) |    |    |  |  | Цена, руб |
|----------|-------------------|--------------|----------------------|---|---|-------------------------|---------------|---|---------|----|----|---------------------------|----|----|--|--|-----------|
| № рецеп. |                   |              | Б                    | Ж | У | ккал                    | В1            | С | А (мкг) | В2 | Са | Р                         | Мg | Fe |  |  |           |

## Понедельник - 2

## Завтрак

|                  |                                  |     |      |      |      |       |      |      |      |      |       |      |       |      |       |
|------------------|----------------------------------|-----|------|------|------|-------|------|------|------|------|-------|------|-------|------|-------|
| 54-13-2020       | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 25  | 3,5  | 4,4  | 0    | 53,8  | 0,01 | 0,05 | 0,11 | 39   | 132   | 5,3  | 75    | 0,15 | 20,72 |
| 54-16к           | Каша молочная «Дружба»           | 200 | 5    | 6,8  | 24,1 | 168,9 | 0,07 | 0,12 | 0,53 | 27,2 | 116   | 27   | 124   | 0,53 | 34,25 |
| 54-21н-2020      | Какао с молоком                  | 200 | 4,6  | 3,8  | 12,6 | 100,4 | 0,04 | 0,17 | 0,68 | 17,3 | 143   | 34   | 130   | 1,09 | 28,60 |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 30  | 2,3  | 0,2  | 15,4 | 70,3  | 0,12 | 0,09 | 0,06 | 0    | 37,5  | 12,3 | 38,7  | 1,08 | 2,88  |
| Итого за завтрак |                                  |     | 15,4 | 15,2 | 52,1 | 393,4 | 0,24 | 0,43 | 1,38 | 83,5 | 428,5 | 78,6 | 367,7 | 2,85 | 86,45 |

## Обед

|               |                           |     |       |       |        |        |      |      |      |        |        |        |        |      |        |
|---------------|---------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|------|------|------|--------|--------|--------|--------|------|--------|
| 54-11м        | Плов из отварной говядины | 200 | 15,3  | 14,7  | 42,6   | 348,3  | 0,07 | 0,12 | 0,72 | 262    | 20     | 44     | 193    | 2,2  | 65,69  |
| 54-2хн-2020   | Компот из кураги          | 200 | 1     | 0,1   | 15,76  | 66,9   | 0,01 | 0,03 | 0,32 | 70     | 28     | 18     | 25     | 0,58 | 15,00  |
| Пром.         | Хлеб пшеничный            | 60  | 3,4   | 0,4   | 22,1   | 105,5  | 0,18 | 0,14 | 0,09 | 0      | 56,25  | 18,45  | 58,05  | 1,62 | 5,76   |
| Итого за обед |                           |     | 19,70 | 15,20 | 80,46  | 520,70 | 0,26 | 0,29 | 1,13 | 332,00 | 104,25 | 80,45  | 276,05 | 4,40 | 86,45  |
| Итого за день |                           |     | 35,10 | 30,40 | 132,56 | 914,10 | 0,50 | 0,72 | 2,51 | 415,50 | 532,75 | 159,05 | 643,75 | 7,25 | 172,90 |

|                             |  |                                |                 |
|-----------------------------|--|--------------------------------|-----------------|
| Количество детей на завтрак |  | Ответственный по питанию (ФИО) | Глагольева А.Ю. |
| Количество детей на обед    |  |                                |                 |
| Количество детей в полдник  |  |                                |                 |
| Всего детей                 |  | Шеф повар (ФИО)                | Глагольева А.Ю. |

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

МП

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"  
Глагольева А.Ю.

МП

МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей  
на 18 марта 2025 года

| 8 день<br>№ рец. | Наименование блюд                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |      |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | Цена, руб |        |
|------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------------|------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|-----------|--------|
|                  |                                  |              | Б                    | Ж     | У      |                         | B1            | C    | A (мкг) | B2                        | Ca     | P      | Mg     |           | Fe     |
| Вторник - 2      |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| Завтрак          |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-13-2020       | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 30           | 3,5                  | 4,4   | 0      | 53,8                    | 0,01          | 0,05 | 0,11    | 39                        | 132    | 5,3    | 75     | 0,15      | 20,72  |
| 188              | Запеканка рисовая с творогом     | 150          | 8,39                 | 9,7   | 38,62  | 269,44                  | 0,35          | 0,09 | 0       | 0,03                      | 55,96  | 128,65 | 29,4   | 0,81      | 39,68  |
| 54-7соус         | Соус молочный сладкий            | 30           | 1,6                  | 1,4   | 12,6   | 69,7                    | 0,01          | 0,05 | 0,05    | 3,9                       | 40,4   | 15,2   | 43,1   | 0,6       | 10,08  |
| 54-4гн-2020      | Чай с молоком и сахаром          | 200          | 1,6                  | 1,1   | 8,7    | 50,9                    | 0,01          | 0,07 | 0,3     | 6,9                       | 57     | 9,9    | 46     | 0,77      | 13,09  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 30           | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08      | 2,88   |
| Итого за завтрак |                                  |              | 17,39                | 16,80 | 75,32  | 514,14                  | 0,50          | 0,35 | 0,52    | 49,83                     | 322,86 | 171,35 | 232,20 | 3,41      | 86,45  |
| Обед             |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-4г-2020       | Каша гречневая рассыпчатая       | 150          | 6,9                  | 7,3   | 36     | 233,7                   | 0,21          | 0,12 | 0       | 19,2                      | 15     | 120    | 181    | 4,04      | 20,00  |
| 54-25м           | Курица тушеная с морковью        | 90           | 10                   | 5,2   | 4,3    | 113,8                   | 0,04          | 0,05 | 0,02    | 257,4                     | 20,7   | 49,5   | 100,8  | 0,9       | 40,69  |
| 54-3хн-2020      | Компот из чернослива             | 200          | 0,5                  | 0,2   | 19,5   | 81,3                    | 0             | 0,02 | 0,3     | 1,5                       | 18     | 22     | 18     | 0,67      | 20,00  |
| Пром.            | Хлеб пшеничный                   | 60           | 2,6                  | 0,4   | 17,9   | 83,4                    | 0,14          | 0,1  | 0,07    | 0                         | 43,8   | 14,4   | 45,2   | 1,3       | 5,76   |
| Итого за обед    |                                  |              | 20,00                | 13,10 | 77,70  | 512,20                  | 0,39          | 0,29 | 0,39    | 278,10                    | 97,50  | 205,90 | 345,00 | 6,91      | 86,45  |
| Итого за день    |                                  |              | 37,39                | 29,90 | 153,02 | 1 026,34                | 0,89          | 0,64 | 0,91    | 327,93                    | 420,36 | 377,25 | 577,20 | 10,32     | 172,90 |

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| Количество детей на завтрак |  |
| Количество детей на обед    |  |
| Количество детей в полдник  |  |
| Всего детей                 |  |

Ответственный по питанию (ФИО)

Григорьев А.А.

Шеф повар (ФИО)

Арта Тегересов А.А.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №33"

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

МП



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

МП

*Глагольева А.Ю.*

## МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 19 марта 2025 года

| 9 день                                               |                                 | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) |        |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |         |        |        |        |        | Минеральные вещества (мг) |  |        |  | Цена, руб |
|------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------|--------------|----------------------|--------|--------|-------------------------|---------------|---------|--------|--------|--------|--------|---------------------------|--|--------|--|-----------|
| № рец.                                               | Б                               |                   |              | Ж                    | У      | B1     |                         | C             | A (мкг) | B2     | Ca     | P      | Mg     | Fe                        |  |        |  |           |
| Среда - 2                                            |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Завтрак                                              |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| 54-21к                                               | Каша вязкая молочная ячневая    | 200               | 3,5          | 4,7                  | 18     | 147,1  | 0,06                    | 0,8           | 0,28    | 20,7   | 78,5   | 16,5   | 111    | 0,43                      |  | 43,10  |  |           |
| 54-23гн-2020                                         | Кофейный напиток с молоком      | 200               | 3,7          | 2,9                  | 11,3   | 86     | 0,03                    | 0,13          | 0,52    | 13,3   | 111    | 31     | 107    | 1,07                      |  | 24,15  |  |           |
| Пром.                                                | Фрукт****                       | 80                | 0,9          | 0,3                  | 11,1   | 52,5   | 0                       | 0             | 9,8     | 0      | 20,1   | 15,5   | 17,1   | 1                         |  | 16,32  |  |           |
| Пром.                                                | Хлеб пшеничный                  | 30                | 2,3          | 0,2                  | 15,4   | 70,3   | 0,12                    | 0,09          | 0,06    | 0      | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08                      |  | 2,88   |  |           |
| Итого за завтрак                                     |                                 |                   | 10,4         | 8,1                  | 55,8   | 355,9  | 0,21                    | 1,02          | 10,66   | 34     | 247,1  | 75,3   | 273,8  | 3,58                      |  | 86,45  |  |           |
| Обед                                                 |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| 54-11р-2020                                          | Рыба тушеная в томате с овощами | 70                | 9,6          | 6,9                  | 4,4    | 103    | 0,06                    | 0,06          | 1,91    | 221    | 31     | 39     | 146    | 0,74                      |  | 50,69  |  |           |
| 54-6г-2020                                           | Рис отварной                    | 150               | 3,7          | 4,8                  | 36,5   | 203,5  | 0,03                    | 0,03          | 0       | 18,4   | 6,9    | 24     | 73     | 0,49                      |  | 15,00  |  |           |
| 54-2хн-2020                                          | Компот из кураги                | 200               | 1            | 0,1                  | 15,76  | 66,9   | 0,01                    | 0,03          | 0,32    | 70     | 28     | 18     | 25     | 0,58                      |  | 15,00  |  |           |
| Пром.                                                | Хлеб пшеничный                  | 60                | 3,4          | 0,4                  | 22,1   | 105,5  | 0,18                    | 0,14          | 0,09    | 0      | 56,25  | 18,45  | 58,05  | 1,62                      |  | 5,76   |  |           |
| Итого за обед                                        |                                 |                   | 17,70        | 12,20                | 78,76  | 478,90 | 0,28                    | 0,26          | 2,32    | 309,40 | 122,15 | 99,45  | 302,05 | 3,43                      |  | 86,45  |  |           |
| Итого за день                                        |                                 |                   | 28,10        | 20,30                | 134,56 | 834,80 | 0,49                    | 1,28          | 12,98   | 343,40 | 369,25 | 174,75 | 575,85 | 7,01                      |  | 172,90 |  |           |
| Количество детей на завтрак                          |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Количество детей на обед                             |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Количество детей в полдник                           |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Всего детей                                          |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Ответственный по питанию (ФИО) <u>Медведева А.В.</u> |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |
| Шеф повар (ФИО) <u>Андрей Андреевич ДИ</u>           |                                 |                   |              |                      |        |        |                         |               |         |        |        |        |        |                           |  |        |  |           |

Ответственный по питанию (ФИО)

*Глагольева А.Ю.*

Шеф повар (ФИО)

*Александр Александрович*

УТВЕРЖДЕНО  
ИП Раменская О.С.

ИП Раменская О.С.

МП

252447798  
252447798

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

М

# МЕНЮ

**для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей**

на 20 марта 2025 года

| 10 день<br>№ рец.           | Наименование блюд              | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |       |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | Цена, руб |        |
|-----------------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------------|-------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|-----------|--------|
|                             |                                |              | Б                    | Ж     | У      |                         | В1            | С     | А (мкг) | В2                        | Ca     | P      | Mg     |           | Fe     |
| Четверг - 2                 |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
| Завтрак                     |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-11м                      | Плов из отварной говядины      | 200          | 14,8                 | 14,9  | 42,6   | 348,3                   | 0,07          | 0,12  | 0,72    | 262                       | 20     | 44     | 193    | 2,2       | 78,57  |
| 54-2гн-2020                 | Чай с сахаром                  | 200          | 0,2                  | 0     | 6,5    | 26,8                    | 0             | 0,01  | 0,04    | 0,3                       | 4,5    | 3,8    | 7,2    | 0,73      | 5,00   |
| Пром.                       | Хлеб пшеничный                 | 30           | 2,3                  | 0,3   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09  | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3   | 38,7   | 1,08      | 2,88   |
| Итого за завтрак            |                                |              | 17,30                | 15,20 | 64,50  | 445,40                  | 0,19          | 0,22  | 0,82    | 262,30                    | 62,00  | 60,10  | 238,90 | 4,01      | 86,45  |
| Обед                        |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
| 54-18м-2020                 | Печень говяжья по-строгановски | 50           | 8,4                  | 7,9   | 3,3    | 118,25                  | 0,1           | 0,8   | 6,2     | 2363,1                    | 19,4   | 8,8    | 138,1  | 2,9       | 45,69  |
| 54-1г-2020                  | Каша перловая рассыпчатая      | 150          | 5,4                  | 4,9   | 32,8   | 196,8                   | 0,06          | 0,03  | 0       | 18,4                      | 12     | 7,2    | 41     | 0,73      | 15,00  |
| 54-32хн-2020                | Компот из кураги               | 200          | 0,15                 | 0,14  | 9,93   | 41,5                    | 0,01          | 0,01  | 1,6     | 1,2                       | 58     | 3,1    | 3,8    | 0,79      | 15,00  |
| 54-1соус-2020               | Соус сметанный                 | 20           | 0,3                  | 1,6   | 0,6    | 18,6                    | 0,002         | 0,008 | 0,02    | 7,8                       | 8      | 0,9    | 5,8    | 0,02      | 5,00   |
| Пром.                       | Хлеб пшеничный                 | 60           | 4,5                  | 0,5   | 29,5   | 140,7                   | 0,24          | 0,02  | 0,12    | 0                         | 75     | 24,6   | 77,4   | 2,16      | 5,76   |
| Итого за обед               |                                |              | 18,75                | 15,04 | 76,13  | 515,85                  | 0,41          | 0,87  | 7,94    |                           | 172,40 | 44,60  | 266,10 | 6,60      | 86,45  |
| Итого за день               |                                |              | 36,05                | 30,24 | 140,63 | 961,25                  | 0,60          | 1,09  | 8,76    | 262,30                    | 234,40 | 104,70 | 505,00 | 10,61     | 172,90 |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
| Количество детей на завтрак |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
| Количество детей на обед    |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
| Количество детей в полдник  |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
| Всего детей                 |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |
|                             |                                |              |                      |       |        |                         |               |       |         |                           |        |        |        |           |        |

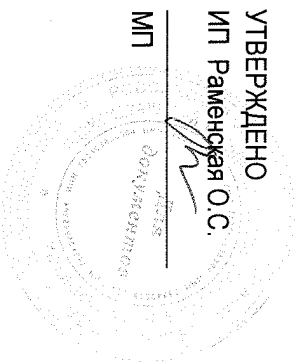


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа №33"

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская О.С.

МП



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

МП

## МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей

на 21 марта 2025 года

| 11 день | № рец. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |   |   | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |   |         |    | Минеральные вещества (мг) |   |    |    | Цена, руб |
|---------|--------|--------------------|--------------|----------------------|---|---|-------------------------|---------------|---|---------|----|---------------------------|---|----|----|-----------|
|         |        |                    |              | Б                    | Ж | У |                         | В1            | С | А (мкг) | В2 | Са                        | Р | Мg | Fe |           |

### Пятница - 2

|                  |  |                                  |     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |       |        |      |  |  |  |       |
|------------------|--|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|-------|--------|------|--|--|--|-------|
| <b>Завтрак</b>   |  |                                  |     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |       |        |      |  |  |  |       |
| 54-1з-2020       |  | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 30  | 3,5   | 4,4   | 0     | 53,8   | 0,01 | 0,05 | 0,11 | 39    | 132    | 5,3   | 75     | 0,15 |  |  |  | 22,26 |
| 54-2к-2020       |  | Каша жидкая молочная овсяная     | 210 | 6,8   | 7,7   | 24,7  | 192,6  | 0,14 | 0,17 | 0,61 | 29,1  | 146    | 46    | 188    | 1,2  |  |  |  | 37,16 |
| 54-23гн-2020     |  | Кофейный напиток с молоком       | 200 | 3,8   | 2,9   | 11,3  | 86     | 0,03 | 0,13 | 0,52 | 13,3  | 111    | 31    | 107    | 1,07 |  |  |  | 24,15 |
| Пром.            |  | Хлеб пшеничный                   | 30  | 2,3   | 0,2   | 15,4  | 70,3   | 0,12 | 0,09 | 0,06 | 0     | 37,5   | 12,3  | 38,7   | 1,08 |  |  |  | 2,88  |
| Итого за завтрак |  |                                  |     | 16,40 | 15,20 | 51,40 | 402,70 | 0,30 | 0,44 | 1,30 | 81,40 | 426,50 | 94,60 | 408,70 | 3,50 |  |  |  | 86,45 |

### Обед

|               |  |                             |     |       |       |        |        |      |      |       |        |        |        |        |      |  |  |  |        |
|---------------|--|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|--------|--------|--------|--------|------|--|--|--|--------|
| 54-2м         |  | Гуляш из говядины           | 60  | 10,8  | 10,8  | 3,6    | 148,5  | 0,02 | 0,07 | 0,8   | 15,3   | 9      | 14,3   | 99,8   | 1,5  |  |  |  | 35,69  |
| 54-9г         |  | Рагу из овощей              | 150 | 2,8   | 7,4   | 18,8   | 133,4  | 0,07 | 0,08 | 12,2  | 309    | 56     | 29     | 70     | 1,02 |  |  |  | 30,00  |
| 54-1хн-2020   |  | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5   | 0     | 19,8   | 81     | 0    | 0    | 0,02  | 15     | 50     | 2,1    | 4,3    | 0,09 |  |  |  | 15,00  |
| Пром.         |  | Хлеб пшеничный              | 60  | 3,4   | 0,4   | 25,7   | 127,3  | 0,2  | 0,02 | 0,1   | 0      | 62,5   | 20,5   | 64,5   | 1,8  |  |  |  | 5,76   |
| Итого за обед |  |                             |     | 6,70  | 7,80  | 64,30  | 341,70 | 0,27 | 0,10 | 12,32 | 324,00 | 168,50 | 51,60  | 138,80 | 2,91 |  |  |  | 86,45  |
| Итого за день |  |                             |     | 23,10 | 23,00 | 115,70 | 744,40 | 0,57 | 0,54 | 13,62 | 405,40 | 595,00 | 146,20 | 547,50 | 6,41 |  |  |  | 172,90 |

|                             |  |  |                                |  |  |
|-----------------------------|--|--|--------------------------------|--|--|
| Количество детей на завтрак |  |  | Ответственный по питанию (ФИО) |  |  |
| Количество детей на обед    |  |  |                                |  |  |
| Количество детей в полдник  |  |  |                                |  |  |
| Всего детей                 |  |  |                                |  |  |

Шеф повар (ФИО)

УТВЕРЖДЕНО

ИП Раменская Ю.С.

МП

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №33"

Глагольева А.Ю.

МП

МЕНЮ

для питания обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей  
на 22 марта 2025 года

| 12 день<br>№ рец. | Наименование блюд                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамины (мг) |      |         | Минеральные вещества (мг) |        |       |        | Цена, руб |        |
|-------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|---------------|------|---------|---------------------------|--------|-------|--------|-----------|--------|
|                   |                                  |              | Б                    | Ж     | У      |                         | В1            | С    | А (мкг) | В2                        | Ca     | P     | Mg     |           | Fe     |
| Суббота - 2       |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |       |        |           |        |
| Завтрак           |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |       |        |           |        |
| 54-1з-2020        | Сыр полутвердых сортов в нарезке | 35           | 7                    | 8,8   | 0      | 107,6                   | 0,01          | 0,05 | 0,11    | 39                        | 132    | 5,3   | 75     | 0,15      | 35,70  |
| 54-21к-2020       | Каша вязкая молочная ячневая     | 200          | 7,3                  | 9,3   | 34     | 249,1                   | 0,12          | 0,17 | 0,57    | 41,5                      | 157    | 33    | 222    | 0,86      | 43,10  |
| 54-3гн-2020       | Чай с лимоном и сахаром          | 200          | 0,3                  | 0     | 6,7    | 27,9                    | 0             | 0,01 | 1,16    | 0,38                      | 6,9    | 4,6   | 8,5    | 0,77      | 4,77   |
| Пром.             | Хлеб пшеничный                   | 30           | 2,3                  | 0,2   | 15,4   | 70,3                    | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3  | 38,7   | 1,08      | 2,88   |
| Итого за завтрак  |                                  |              | 16,90                | 18,30 | 56,10  | 454,90                  | 0,25          | 0,32 | 1,90    | 80,88                     | 333,40 | 55,20 | 344,20 | 2,86      | 86,45  |
| Обед              |                                  |              |                      |       |        |                         |               |      |         |                           |        |       |        |           |        |
| 54-1м-2020        | Котлета мясная                   | 80           | 11                   | 12,4  | 1,9    | 167,5                   | 0,03          | 0,1  | 0,36    | 85,7                      | 24     | 16    | 121    | 1,62      | 45,69  |
| 54-1г-2020        | Макароны отварные                | 150          | 5,4                  | 4,9   | 32,8   | 196,8                   | 0,06          | 0,03 | 0       | 18,4                      | 12     | 7,2   | 41     | 0,73      | 20,00  |
| 54-1хн-2020       | Компот из смеси сухофруктов      | 200          | 0,5                  | 0     | 19,8   | 81                      | 0             | 0    | 0,02    | 15                        | 50     | 2,1   | 4,3    | 0,09      | 15,00  |
| Пром.             | Хлеб пшеничный                   | 60           | 2,5                  | 0,3   | 18     | 82,04                   | 0,12          | 0,09 | 0,06    | 0                         | 37,5   | 12,3  | 38,7   | 1,08      | 5,76   |
| Итого за обед     |                                  |              | 8,40                 | 5,20  | 70,60  | 359,84                  | 0,18          | 0,12 | 0,08    | 33,40                     | 99,50  | 21,60 | 84,00  | 1,90      | 86,45  |
| Итого за день     |                                  |              | 25,30                | 23,50 | 126,70 | 814,74                  | 0,43          | 0,44 | 1,98    | 114,28                    | 432,90 | 76,80 | 428,20 | 4,76      | 172,90 |

|                             |  |                                |
|-----------------------------|--|--------------------------------|
| Количество детей на завтрак |  | Ответственный по питанию (ФИО) |
| Количество детей на обед    |  |                                |
| Количество детей в полдник  |  | Шеф повар (ФИО)                |
| Всего детей                 |  |                                |