

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"



Смирнов А.Н.

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"



/Борунова А.Р./

**МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**  
(СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

"15" сентября 2025 г.

День: 1

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,6	9,5	37,8	275	311	17,37
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	6,8	13,8	140	3	15,70
МАНДАРИН	110	0,9	0,2	8,3	38	ТК	21,44
Итого за прием пищи:	500	15,5	16,5	69,9	493		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	7	7	13,41
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,2	4,3	28,7	172	288	9,63
БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ СВИНИНЫ	90	13,9	13,5	14,0	235	498	42,01
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,9	6,5	32,5	210	396	21,72
ЧАЙ КАРКАДЕ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	687	2,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	720	25,6	25,3	101,7	743		
Всего за день:		47,1	46,8	181	1345		

День: 1

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И ТЕРТЫМ СЫРОМ	175	11,3	12,8	32,5	295	54-3г	25,08
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,8	13,8	71	ТК	4,50
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	4,1	3,2	14,4	103	ТК	28,00
Итого за прием пищи:	500	17,5	16,8	70,7	509		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	7	7	13,41
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,2	4,3	28,7	172	288	9,63
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	19,6	21,3	52,6	480	580	60,66
ЧАЙ КАРКАДЕ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	687	2,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	720	26,4	26,6	107,8	778		
Всего за день:		49,9	48,4	187,9	1396		

Зав. производством Тихонова О.В.

*Тихонова О.В.*

Зав. производством Тихонова О.В.



Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

/Борунова А.Р./

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

(СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

"17" сентября 2025 г.

День: 3

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	18,2	17,5	45,6	426	501	50,63
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	15,7	70	TK	20,05
Итого за прием пищи:	500	18,9	18,1	71,3	536		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,9	11	54-23з	16,22
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,1	4,6	27,5	170	264	11,78
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	10,8	12,7	9,8	200	583	30,29
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	6,5	38,2	248	297	11,62
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	TK	2,40
Итого за прием пищи:	735	25,9	24,8	102,9	748		
Всего за день:		50,8	47,9	183,6	1393		

День: 3

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	13,2	14,8	13,8	243	491	40,36
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	50	4	1,6	27,6	142	TK	4,50
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	15,7	70	TK	20,05
Итого за прием пищи:	550	17,9	17,0	67,1	495		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	1	0,1	1,9	11	54-23з	16,22
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,1	4,6	28	170	264	11,78
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	10,6	12,5	10,6	205	673	38,24
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	38	225	332	9,44
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	TK	2,40
Итого за прием пищи:	735	22,7	23,9	103,5	730		
Всего за день:		46,6	45,9	180	1334		

Зав. производством Тихонова О.В.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

/Борунова А.Р./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**  
 (СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

День: 4

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША АРТЕК МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,6	8,8	38,2	270	302	12,75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	6,8	13,8	140	3	15,70
МАНДАРИН	110	0,9	0,2	8,3	38	ТК	21,44
Итого за прием пищи:	500	15,5	15,8	70,3	488		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ*	60	0,9	6,1	11	100	54-8з	8,37
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,6	27,5	170	132	14,66
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	14,2	9,8	13,8	204	542	45,41
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,1	4,2	25,3	151	737	22,26
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	725	24,5	25,6	103	744		
Всего за день:		46	46,4	182,3	1341		

День: 4

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ДРУЖБА (РИС, ПШЕНО) МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,5	8,8	36,5	265	311	15,48
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	6,8	13,8	140	3	15,70
МАНДАРИН	110	0,9	0,2	8,3	38	ТК	21,44
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,8	68,6	483		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ*	60	0,5	0	1,6	8	54-23з	8,37
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,6	27,5	170	132	14,66
МИНТАЙ, ТУШЕННЫЙ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	14,5	13,5	18,5	258	374	41,49
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,8	5,2	28,5	174	728	23,45
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	730	24,1	24,2	101,6	729		
Всего за день:		45,5	45	179,6	1321		

Зав. производством Тихонова О.В.



Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

/Борунова А.Р./

## МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

(СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

"15" сентября 2025 г.

День: 5

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,5	9,2	28,2	230	311	14,34
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,8	5,5	16,5	125	2	14,50
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	4,1	3,2	14,4	103	ТК	28,00
Итого за прием пищи:	500	15,5	17,9	74,1	518		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	1	4,5	8,3	78	113	8,27
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,5	4,8	25,5	165	324	15,01
ПЛОВ ИЗ БУЛГУРА С КУРИЦЕЙ	240	19,3	17,4	58,6	476	54-15м	60,47
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	720	26,9	27,6	112,9	818		
Всего за день:		48,4	50,5	196,4	1445		

День: 5

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	18,2	17,5	45,6	426	501	50,63
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	15,7	70	TK	20,05
Итого за прием пищи:	505	18,9	18,1	76,3	556		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	1,0	4,5	8,3	78	113	8,27
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,5	4,8	25,5	165	324	15,01
БИТОЧЕК РУБЛЕННЫЙ ИЗ ПТИЦЫ	90	10,8	10,2	10,6	180	695	35,01
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	6,5	38,2	248	297	11,62
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	TK	2,40
Итого за прием пищи:	720	26,8	26,9	103,1	770		
Всего за день:		51,7	50	188,8	1435		

Зав. производством Тихонова О.В.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

/Борунова А.Р./

# МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

(СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

12 сентября 2025 г.

День: 1

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,6	8,8	32,5	248	311	16,60
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	6,8	13,8	140	3	15,70
МАНДАРИН	110	0,9	0,2	8,3	38	ТК	21,44
Итого за прием пищи:	505	15,5	15,8	69,6	486		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,9	11	54-23з	16,22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,2	4,3	28,7	172	288	9,63
ЛЮЛЯ-КЕБАБ ИЗ СВИНИНЫ	90	14,2	14,8	9,6	230	617	47,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	5,8	32	186	332	9,44
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0,2	20	82	699	6,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	11	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	720	26,4	26,1	102,7	740		
Всего за день:		47,9	46,9	181,7	1335		

День: 1

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛ	200	8,6	5,8	38,5	245	160	18,73
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,8	5,5	16,5	125	2	14,50
ПЕЧЕНЬЕ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	50	5,5	4,6	20,5	140		19,00
Итого за прием пищи:	500	17	15,9	90,5	570		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,9	11	54-23з	16,22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,2	4,3	28,7	172	288	9,63
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ И РИСОМ	240	19,8	21,6	55,6	508	600	57,95
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0,2	20	82	699	6,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	720	26,6	27,1	117	832		
Всего за день:		49,6	48	216,6	1511		

Зав. производством Тихонова О.В.



Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н.

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

Борунова А.Р.

МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"  
(СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

"13" сентября 2025 г.

День: 2

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Возрастная категория: 7-11 лет							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	10,4	12,5	28,5	270	311	16,74
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,8	13,8	71	ТК	4,50
БАНАН	180	2,9	2,5	30,5	155	ТК	41,31
Итого за прием пищи:	555	15,4	15,8	82,8	536		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0	1	7,1	7	13,41
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ	200	3,8	5,2	28,6	175	290	9,14
РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	240	20,5	21,4	58,5	516	691	56,18
ЧАЙ КАРКАДЕ С САХАРОМ	200	0,1	0	15	60	687	2,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	720	26,9	27,6	113,6	817,1		
Всего за день:		48,3	48,4	205,8	1462		

День: 2

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Возрастная категория: 7-11 лет							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	12,9	15,3	32,6	326	302	14,79
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	1,72
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,8	13,8	71	ТК	4,50
БАНАН	180	2,9	2,5	30,5	155	ТК	41,31
Итого за прием пищи:	610	17,9	18,6	91,9	612		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0	1	7,1	7	13,41
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ	200	3,8	5,2	28,6	175	290	9,14
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ, С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	240	20,5	21,2	58,3	515	291	58,13
ЧАЙ КАРКАДЕ С САХАРОМ	200	0,1	0	15,0	60	687	2,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	720	26,9	27	113,4	816,1		
Всего за день:		50,8	51,0	214,7	1537		

Зав. производством Тихонова О.В.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

Борунова А.Р./

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

(СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

"24 сентября 2025 г.

День: 3

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	18,2	17,5	45,6	426	501	50,63
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	15,7	70	TK	20,05
Итого за прием пищи:	500	18,9	18,1	71,3	536		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	1	4,5	8,3	78	113	8,27
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,6	26,5	165	124	11,30
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	9,8	10,9	9,6	184	579	38,72
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	6,5	38,2	248	297	11,62
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	TK	2,40
Итого за прием пищи:	735	25,5	27,4	108,1	794		
Всего за день:		50,4	50,5	188,8	1439		

День: 3

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,6	9,5	37,8	275	311	17,37
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,9	6,8	13,8	140	3	15,70
МАНДАРИН	110	0,9	0,2	8,3	38	ТК	21,44
Итого за прием пищи:	500	15,5	16,5	69,9	493		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	1	4,5	8,3	78	113	8,27
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,6	26,5	165	124	11,30
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ СВИНИНЫ	90	12,8	10,7	10,2	190	451	42,93
БУЛГУР ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,3	7,2	45	280	54-22г	23,58
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	755	28,4	27,9	115	832		
Всего за день:		49,9	49,4	194	1434		

Зав. производством Тихонова О.В.



Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

/Борунова А.Р./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**  
 (СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

День: 4

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЯНТАРНАЯ (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,5	6,5	38,2	255	275	21,80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2	8,1	14	136	1	12,50
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	60	7,2	5,6	0,5	80	337	16,00
Итого за прием пищи:	500	19,8	20,2	67,7	531		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
,							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ*	60	0,9	6	10,5	100	54-8з	8,37
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,6	28	170	132	14,66
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	14,8	9,5	14,0	204	546	43,81
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,8	5,2	28,5	174	728	23,45
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10,0	40	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	TK	2,40
Итого за прием пищи:	760	24,8	26,3	101	747		
Всего за день:		50,6	51,5	178,1	1387		

День: 4

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	11,3	12,2	37,5	310	311	19,12
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,8	13,8	71	TK	12,50
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	4,1	3,2	14,4	103	TK	28,00
Итого за прием пищи:	530	17,5	16,2	80,7	544		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ*	60	0,9	6	10,5	100	54-8з	8,37
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,6	27,5	170	132	14,66
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	14,8	10,6	10,8	200	686	44,19
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,9	36,8	210	511	13,75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	TK	2,40
Итого за прием пищи:	730	25,5	27,1	106,1	779		
Всего за день:		49,0	48,3	196,2	1432		

Зав. производством Тихонова О.В.

Утверждаю:

Директор

ООО "Торговый Дом Марс"

/Смирнов А.Н./

Согласовано:

Директор

МОБУ "Гостинопольская ООШ"

/Борунова А.Р./

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД**  
**МОБУ "ГОСТИНОПОЛЬСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"**  
 (СТОИМОСТЬ 164,00 РУБ., В ТОМ ЧИСЛЕ МОЛОКО 16,00 РУБ.)

"26 сентября" 2025 г.

День: 5

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И ТЕРТЫМ СЫРОМ	175	11,3	12,8	32,5	295	54-3г	23,90
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40	685	1,72
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,8	13,8	71	ТК	4,50
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	4,1	3,2	14,4	103	ТК	28,00
Итого за прием пищи:	500	17,5	16,8	70,7	509		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0	2	15	54-3з	16,75
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,1	4,6	27,5	170	264	11,78
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ СВИНИНЫ	90	14,8	13,5	10	190	224	41,91
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,9	36,8	210	511	13,75
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	ТК	2,40
Итого за прием пищи:	725	25,2	24	102,3	704		
Всего за день:		48,7	45,8	182,4	1322		

День: 5

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

ВАРИАНТ МЕНЮ №2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	18,2	17,5	45,6	426	501	50,63
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	1,72
ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	15,7	70	TK	20,05
Итого за прием пищи:	505	18,9	18,1	76,3	556		
Завтрак II							
МОЛОКО	200	6	5	9,4	109		16,00
Итого за прием пищи:	200	6	5	9,4	109		
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0	2	15	54-3з	16,75
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,1	4,6	27,5	170	264	11,78
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	10,8	12,7	9,8	200	583	29,76
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	8,4	6,5	38,2	248	297	11,62
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	205	0,1	0	15	60	686	3,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,9	10,5	59	TK	2,40
Итого за прием пищи:	735	26,1	24,8	103,3	752		
Всего за день:		51,0	47,9	189,0	1417		

Зав. производством Тихонова О.В.