

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409

*Е. В. Мищенко*



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"

Мищенко Е.М.



**МЕНЮ  
1 день  
20.11. 2023 г.**

|          |  |               |
|----------|--|---------------|
| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b>  | <b>96,90р</b> |
| 10,25    | <b>Бутерброд с маслом сливочным</b><br>Батон пшеничный, масло сливочное Б - 2,4 г, Ж - 8,1 г, У - 13 г, ЭЦ - 142 ккал  |               |
| 180      | <b>Каша гречневая молочная с маслом сливочным</b><br>Крупа гречневая, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное Б - 9,6г, Ж - 8,47 г, У - 35,1, г, ЭЦ - 237,51 ккал |               |
| 200/5    | <b>Чай с лимоном</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал   |               |
| 100      | <b>Яблоко свежее</b><br>Б - 0,4г, Ж- 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал  |               |
| 25       | <b>Печенье в ассортименте</b><br>Б - 3,0г, Ж- 2,5 г, У - 11,2 г, ЭЦ - 69,0 ккал  |               |

|          |   |                |
|----------|---|----------------|
| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>   | <b>145,30р</b> |
| 60       | <b>Огурец соленый порционно</b><br>Огурцы соленые Б - 0,48 г, Ж - 0,06 г, У - 1,2 г, ЭЦ - 7 ккал  |                |
| 200/5/5  | <b>Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной</b><br>Картофель свежий, Капуста квашенная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Соль, Курица отварная, Сметана<br>Б - 2,1 г, Ж - 3,1 г, У - 10,1 г, ЭЦ - 109,2 ккал |                |
| 90       | <b>Шницель рубленый мясной</b><br>Говядина лопатка с/м, Свинина окорок С/м Батон нарезной обогащенный, Сухари панировочные, Масло подсолнечное, Соль<br>Б - 11,3 г, Ж - 11,5 г, У - 10,47 г, ЭЦ - 221 ккал                      |                |
| 150      | <b>Макаронные изделия отварные</b><br>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 5 г, Ж - 4,8 г, У - 27 г, ЭЦ - 151 ккал   |                |
| 200      | <b>Сок фруктовый (яблочный)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал  |                |
| 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал  |                |
| 50       | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |

|           |   |                |
|-----------|---|----------------|
| Выход, г  | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>  | <b>284,70р</b> |
| 100       | <b>Огурец соленый порционно</b><br>Огурцы соленые Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 2 г, ЭЦ - 11,66 ккал  |                |
| 250/15/10 | <b>Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной</b><br>Капуста квашенная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Соль, Курица отварная, Сметана<br>Б - 3,0 г, Ж - 4,53 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 147,1 ккал  |                |
| 100       | <b>Шницель рубленый мясной</b><br>Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Сухари панировочные, Масло подсолнечное, Соль<br>Б - 12,55 г, Ж - 11,77 г, У - 11,63 г, ЭЦ - 245,6 ккал |                |
| 200/15    | <b>Макароны отварные с сыром</b><br>Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Соль Б - 15,8 г, Ж - 16,1 г, У - 37,5 г, ЭЦ - 358,0 ккал  |                |
| 200       | <b>Сок фруктовый (яблочный)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал  |                |
| 60        | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал  |                |
| 50        | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |
| 150       | <b>Яблоко свежее</b><br>Б - 0,6 г, Ж- 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал   |                |
| 100       | <b>Плюшка "Московская"</b><br>Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль<br>Б - 8,62 г, Ж- 14,4 г, У - 61,65 г, ЭЦ - 329,8 ккал             |                |

Главный технолог

*h*

Зав. производством

*Лавров*

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409

  
В. В. Матрофанова



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"  
Мищенко Е.М.



**МЕНЮ**  
**2 день**  
**21.11. 2023 г.**

| Выход, г | Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год  | 96,90р |
|----------|---|--------|
| 150/20   | <b>Пудинг из творога (запеченный) с джемом</b><br>Творог, Крупа манная, Яйцо куриное, Сахар-песок, Изюм, Сметана, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль<br>Б - 16,2 г, Ж - 14,6 г, У - 26,7 г, ЭЦ - 394,4 ккал |        |
| 200      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал  |        |
| 25       | <b>Батон нарезной обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 2г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал   |        |
| 170      | <b>Апельсин свежий</b><br>Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал   |        |

| Выход, г | Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год   | 145,30р |
|----------|--|---------|
| 60       | <b>Салат из свежей капусты с огурцом</b><br>Капуста белокочанная свежая, Огурец свежий, Масло растительное, Соль Б - 0,78 г, Ж - 3,2 г, У - 5,7 г, ЭЦ - 53 ккал  |         |
| 200/5/5  | <b>Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной</b><br>Картофель свежий, Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Овядина отварная, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана Б - 3,46 г, Ж - 4,63 г, У - 9,51 г, ЭЦ - 93,3 ккал |         |
| 90/30    | <b>Фрикадельки куриные в соусе молочном</b><br>Кура филе с/м, Лук репчатый, Молоко, Масло сливочное, батон пшеничный, мука пшеничная, соль Б - 12,06 г, Ж - 5,04 г, У - 17,9 г, ЭЦ - 191 ккал  |         |
| 150      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 3,7 г, Ж - 6,3 г, У - 32,8 г, ЭЦ - 203 ккал  |         |
| 200      | <b>Компот из свежих яблок</b><br>Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал   |         |
| 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал   |         |
| 50       | <b>Батон нарезной обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |         |

| Выход, г | Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год   | 284,70р |
|----------|---|---------|
| 100      | <b>Салат из свежей капусты с огурцом</b><br>Капуста белокочанная свежая, Огурец свежий, Масло растительное, Соль Б - 1,3 г, Ж - 5,33 г, У - 9,5 г, ЭЦ - 88,3 ккал   |         |
| 250/10/5 | <b>Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной</b><br>Картофель свежий, Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана Б - 5,32г, Ж - 7,1 г, У - 14,4 г, ЭЦ - 159,7 ккал |         |
| 100/40   | <b>Фрикадельки куриные в соусе молочном</b><br>Кура филе с/м, Хлеб пшеничный, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль Б - 16,4 г, Ж - 6,76 г, У - 19,4 г, ЭЦ - 223,0 ккал   |         |
| 200      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 41,2 г, ЭЦ - 255,5 ккал   |         |
| 200      | <b>Компот из свежих яблок</b><br>Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал  |         |
| 60       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал  |         |
| 50       | <b>Батон нарезной обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал   |         |
| 170      | <b>Апельсин свежий</b><br>Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал   |         |
| 75       | <b>Сдоба обыкновенная</b><br>Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,7 г, Ж - 14,9 г, У - 37,2 г, ЭЦ - 246,0 ккал  |         |

Главный технолог 

Заведующий производством 



**МЕНЮ**  
**3 день**  
**22.11. 2023 г.**

| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b>  | <b>96,90р</b> |
|----------|--|---------------|
| 180/5    | <b>Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")</b><br>Крупа пшено, Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль<br>Б - 5,73 г, Ж- 9,25 г, У - 27 г, ЭЦ - 207,2 ккал |               |
| 20/25    | <b>Бутерброд с джемом</b><br>Батон пшеничный, Джем Б - 2,2г, Ж- 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 86,8 ккал  |               |
| 200      | <b>Какао с молоком</b><br>Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал   |               |
| 130      | <b>Груша свежая</b><br>Б - 0,52г, Ж- 0,4 г, У - 13,4 г, ЭЦ - 61,1 ккал   |               |
| 100      | <b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b><br>Б - 4,1 г, Ж- 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал   |               |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>   | <b>145,30р</b> |
|----------|---|----------------|
| 60/20    | <b>Салат из свеклы с яйцом</b><br>Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 5,66 г, Ж - 7,0 г, У - 3,6 г, ЭЦ - 100,0 ккал  |                |
| 200/5    | <b>Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной</b><br>Картофель свежий, Макаaronные изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная<br>Б - 3,10 г, Ж - 2,24 г, У - 13,20 г, ЭЦ - 94 ккал |                |
| 90       | <b>Хлебец рыбный запечённый</b><br>Минтай филе с/м, Лук репчатый, Морковь, "Геркулес" крупа, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль<br>Б - 12,7 г, Ж - 8,5 г, У - 8,2 г, ЭЦ - 123,3 ккал                                     |                |
| 150      | <b>Картофель отварной</b><br>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 2,88 г, Ж - 5,3 г, У - 22,8 г, ЭЦ - 151,9 ккал   |                |
| 200      | <b>Компот из апельсинов</b><br>Апельсины свежие Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал  |                |
| 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал  |                |
| 50       | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>   | <b>284,70р</b> |
|----------|--|----------------|
| 80/20    | <b>Салат из свеклы с яйцом</b><br>Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 7,07 г, Ж - 8,75 г, У - 4,5 г, ЭЦ - 125,0 ккал  |                |
| 250/15   | <b>Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной</b><br>Картофель свежий, Макаaronные изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная<br>Б - 4,00 г, Ж - 2,90 г, У - 17,06 г, ЭЦ - 121 ккал |                |
| 100/40   | <b>Хлебец рыбный запечённый, соус сметанный</b><br>Минтай филе с/м, Лук репчатый, Морковь, "Геркулес" крупа, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль<br>Б - 15,76 г, Ж - 13,7 г, У - 11,66 г, ЭЦ - 164,2 ккал                  |                |
| 200      | <b>Картофель отварной</b><br>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 7,1 г, У - 30,4 г, ЭЦ - 201,8 ккал   |                |
| 200      | <b>Компот из апельсинов</b><br>Апельсины свежие Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал   |                |
| 60       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал   |                |
| 50       | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал   |                |
| 150      | <b>Груша свежая</b><br>Б - 0,6 г, Ж- 0,45 г, У - 15,45 г, ЭЦ - 70,5 ккал   |                |
| 100      | <b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке</b><br>Б - 4,1 г, Ж- 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,0 ккал  |                |
| 100      | <b>Булочка "домашняя"</b><br>Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль<br>Б - 7,2 г, Ж- 10,8 г, У - 49,8 г, ЭЦ - 300,6 ккал                                     |                |

Главный технолог \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"  
Мищенко Е.М.

**МЕНЮ**  
**4 день**  
**23.11. 2023 г.**

| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b>   | <b>96,90р</b> |
|----------|---|---------------|
| 180/5    | <b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b><br>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль<br>Б - 10,0 г, Ж- 8,63 г, У - 31,6 г, ЭЦ - 213,64 ккал |               |
| 10/5/25  | <b>Бутерброд с сыром</b><br>Сыр, Масло сливочное, Батон пшеничный<br>Б - 4,4г, Ж- 12,42 г, У - 13 г, ЭЦ - 179,33 ккал   |               |
| 200      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок<br>Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал   |               |
| 100      | <b>Мандарин свежий</b><br>Б - 0,8 г, Ж- 0,1 г, У - 7,5 г, ЭЦ - 38,0 ккал  |               |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>  | <b>145,30р</b> |
|----------|--|----------------|
| 60       | <b>Салат из квашеной капусты</b><br>Капуста квашеная, Масло растительное, Сахар<br>Б - 0,96 г, Ж - 3,06 г, У - 4,62 г, ЭЦ - 49,8 ккал  |                |
| 200/5    | <b>Суп картофельный с горохом и гречками</b><br>Картофель свежий, Горох сухой, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный<br>Б - 4,22 г, Ж - 2,70 г, У - 27,80 г, ЭЦ - 150 ккал |                |
| 90       | <b>Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе</b><br>Говядина лопатка с/м, Лук репчатый, Сметана, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль<br>Б - 9,44 г, Ж - 10,00 г, У - 3,78 г, ЭЦ - 170 ккал            |                |
| 150      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль<br>Б - 3,60 г, Ж - 5,60 г, У - 37,70 г, ЭЦ - 206 ккал   |                |
| 200      | <b>Сок фруктовый (персиковый)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал  |                |
| 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b><br>Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал  |                |
| 50       | <b>Батон обогащенный микроэлементами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>   | <b>284,70р</b> |
|----------|--|----------------|
| 100      | <b>Салат из квашеной капусты</b><br>Капуста квашеная, Масло растительное, Сахар<br>Б - 1,6 г, Ж - 5,1 г, У - 7,7 г, ЭЦ - 83,0 ккал   |                |
| 250/10   | <b>Суп картофельный с горохом и гречками</b><br>Картофель свежий, Горох сухой, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный<br>Б - 7,0 г, Ж - 4,65 г, У - 34,1 г, ЭЦ - 174,4 ккал |                |
| 100      | <b>Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе</b><br>Говядина лопатка с/м, Лук репчатый, Сметана, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль<br>Б - 10,50 г, Ж - 11,11 г, У - 4,20 г, ЭЦ - 189 ккал           |                |
| 200      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль<br>Б - 4,8г, Ж - 7,4 г, У - 45,3 г, ЭЦ - 274,0 ккал   |                |
| 200      | <b>Сок фруктовый (персиковый)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал  |                |
| 60       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b><br>Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал  |                |
| 50       | <b>Батон обогащенный микроэлементами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |
| 150      | <b>Мандарин свежий</b><br>Б - 1,2 г, Ж - 0,15 г, У - 11,2 г, ЭЦ - 57,0 ккал  |                |
| 100      | <b>Плюшка "Московская"</b><br>Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль<br>Б - 8,62 г, Ж - 14,4 г, У - 61,65 г, ЭЦ - 329,8 ккал                 |                |

Главный технолог \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор ТБОУ СОШ № 409

*В. В. Митрофанова*

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"

*Мищенко Е.М.*

**МЕНЮ  
5 день**

**24.11. 2023 г.**

|          |   |  |
|----------|---|--|
| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b> | <b>96,90р</b>                                      |
|          | <b>Макаронные изделия с сыром</b>                   |  |
| 160/15   | Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр      | Б - 13,4 г, Ж- 13,9 г, У - 32,8 г, ЭЦ - 303,5 ккал |
|          | <b>Бутерброд с джемом</b>                           |  |
| 20/25    | Батон пшеничный, Джем                               | Б - 2,2г, Ж- 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 86,8 ккал     |
|          | <b>Чай с лимоном</b>                                |  |
| 200/5    | Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий       | Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал       |
|          | <b>Яблоко свежее</b>                                |  |
| 100      |   | Б - 0,4 г, Ж- 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал     |

|          |  |   |
|----------|--|---|
| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>  | <b>145,30р</b>                                      |
|          | <b>Винегрет овощной</b>  |   |
| 60       | Свекла свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые, Капуста квашенная, Лук репчатый Масло растительное, Соль                    | Б - 0,8 г, Ж - 6,1 г, У - 4 г, ЭЦ - 74 ккал         |
|          | <b>Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной</b>   |   |
| 200/5/5  | Картофель свежий, Огурцы соленые, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Филе куриное отварное, Сметана     | Б - 3,4 г, Ж - 5,2 г, У - 17,76 г, ЭЦ - 130,2 ккал  |
|          | <b>Голубцы ленивые</b>   |   |
| 240      | Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Капуста белокачанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль | Б - 17,6 г, Ж - 16,4 г, У - 22,4 г, ЭЦ - 307,5 ккал |
|          | <b>Кисель из плодов шиповника</b>  |   |
| 200      | Плоды шиповника сушеные, Сахар-песок   | Б - 0,2г, Ж - 0,1 г, У - 26,2 г, ЭЦ - 108,4 ккал    |
|          | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>   |   |
| 40       |  | Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал      |
|          | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>  |   |
| 50       |  | Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал     |

|          |  |   |
|----------|--|---|
| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>   | <b>284,70р</b>                                      |
|          | <b>Винегрет овощной</b>  |   |
| 100      | Свекла свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые, Капуста квашенная, Лук зелёный, Масло растительное, Соль                | Б - 1,33 г, Ж - 10,2 г, У - 6,66 г, ЭЦ - 123,3 ккал |
|          | <b>Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной</b>   |   |
| 250/10/5 | Картофель свежий, Огурцы соленые, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Филе куриное отварное, Сметана | Б - 4,7 г, Ж - 7,0 г, У - 28,3 г, ЭЦ - 170,8 ккал   |
|          | <b>Голубцы ленивые</b>   |   |
| 280      | Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Капуста белокачанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль             | Б - 24,7г, Ж - 26,0 г, У - 23,8 г, ЭЦ - 430,7 ккал  |
|          | <b>Кисель из плодов шиповника</b>  |   |
| 200      | Плоды шиповника сушеные, Сахар-песок   | Б - 0,2г, Ж - 0,1 г, У - 26,2 г, ЭЦ - 108,4 ккал    |
|          | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>   |   |
| 60       |  | Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал    |
|          | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>  |   |
| 50       |  | Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал     |
|          | <b>Яблоко свежее</b>   |   |
| 150      |  | Б - 0,6 г, Ж- 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал     |
|          | <b>Сдоба обыкновенная</b>  |   |
| 75       | Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль                           | Б - 5,7 г, Ж - 14,9 г, У - 37,2 г, ЭЦ - 246,0 ккал  |

Главный технолог

*[Подпись]*

Зав. производством

*[Подпись]*

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСР" Красносельского района"  
Мищенко Е.М.

**МЕНЮ**  
**7 день**  
**27.11. 2023 г.**

| Выход, г | Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год   | 96,90р |
|----------|--|--------|
| 180      | <b>Каша "Янтарная"</b><br>Крупа пшено, Молоко, Яблоки свежие, Сахар-песок, Масло сливочное, Сметана, Соль<br>Б - 9,2 г, Ж- 11,8 г, У - 34,1 г, ЭЦ - 239 ккал |        |
| 100      | <b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b><br>Б - 4,1 г, Ж- 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал   |        |
| 200      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал  |        |
| 25       | <b>Батон нарезной обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 2г, Ж- 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал   |        |
| 100      | <b>Яблоко свежее</b><br>Б - 0,4г, Ж- 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал  |        |

| Выход, г | Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год  | 145,30р |
|----------|---|---------|
| 60       | <b>Огурец соленый порционно</b><br>Огурцы соленые Б - 0,48 г, Ж - 0,06 г, У - 1,2 г, ЭЦ - 7,0 ккал  |         |
| 200/5    | <b>Суп картофельный с горохом и гречками</b><br>Картофель свежий, Горох пущеный Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный<br>Б - 4,22 г, Ж - 2,70 г, У - 27,80 г, ЭЦ - 150 ккал |         |
| 90       | <b>Котлеты рубленные из филе куриного</b><br>Филе куриное с/м, Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль<br>Б - 14,6 г, Ж - 12,7 г, У - 15,3 г, ЭЦ - 243 ккал        |         |
| 150      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 3,60 г, Ж - 5,60 г, У - 37,70 г, ЭЦ - 206 ккал   |         |
| 200      | <b>Сок фруктовый (персиковый)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал   |         |
| 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал  |         |
| 50       | <b>Батон нарезной обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал   |         |

| Выход, г | Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год   | 284,70р |
|----------|---|---------|
| 100      | <b>Огурец соленый порционно</b><br>Огурцы соленые Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 2 г, ЭЦ - 11,66 ккал  |         |
| 250/10   | <b>Суп картофельный с горохом и гречками</b><br>Картофель свежий, Горох сухой, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный<br>Б - 7,0г, Ж - 4,85 г, У - 34,1 г, ЭЦ - 174,4 ккал       |         |
| 100      | <b>Котлеты рубленные из филе куриного</b><br>Куриное филе (грудка) с/м, Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль<br>Б - 16,2 г, Ж - 14,2 г, У - 17,0 г, ЭЦ - 270,0 ккал |         |
| 200      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8г, Ж - 7,4 г, У - 45,3 г, ЭЦ - 274,0 ккал   |         |
| 200      | <b>Сок фруктовый (персиковый)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал   |         |
| 60       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал  |         |
| 50       | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |         |
| 100      | <b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке</b><br>Б - 4,1 г, Ж- 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,0 ккал   |         |
| 150      | <b>Яблоко свежее</b><br>Б - 0,6 г, Ж- 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал   |         |
| 75       | <b>Сдоба обыкновенная</b><br>Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль<br>Б - 5,7 г, Ж - 14,9 г, У - 37,2 г, ЭЦ - 246,0 ккал                         |         |

Главный технолог

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"



Мищенко Е.М

**МЕНЮ**  
**8 день**  
**28.11. 2023 г.**

|          |   |  |
|----------|---|--|
| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b> | <b>96,90р</b>                                      |
|          | <b>Макаронны отварные с сыром</b>                   |  |
| 160/15   | Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр      | Б - 13,4 г, Ж- 13,9 г, У - 32,6 г, ЭЦ - 303,5 ккал |
|          | <b>Бутерброд с джемом</b>                           |  |
| 20/25    | Батон нарезной обогащенный, Джем в ассортименте     | Б - 2,2 г, Ж- 1,1 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 85,8 ккал    |
|          | <b>Чай с лимоном</b>                                |  |
| 200/5    | Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий       | Б - 0,2 г, Ж- 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал     |
|          | <b>Апельсин свежий</b>                              |  |
| 170      |   | Б - 1,53 г, Ж- 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал |

|          |   |   |
|----------|---|---|
| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>   | <b>145,30р</b>                                      |
|          | <b>Салат из свежей капусты</b>  |   |
| 60       | Капуста свежая белокочанная, Масло растительное, Соль   | Б - 0,71 г, Ж - 3,2 г, У - 4,6 г, ЭЦ - 52,2 ккал    |
|          | <b>Суп картофельный с рисом и рыбой</b>   |   |
| 200/20   | Картофель свежий Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Минтай филе отварное | Б - 6,5 г, Ж - 2,36 г, У - 15,7 г, ЭЦ - 110,8 ккал  |
|          | <b>Жаркое по-домашнему со свиной</b>  |   |
| 240      | Свинина окорок с/м, Картофель свежий, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Соль              | Б - 23,4 г, Ж - 21,1 г, У - 23,2 г, ЭЦ - 376,1 ккал |
|          | <b>Компот из свежих яблок</b>   |   |
| 200      | Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная  | Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал    |
|          | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>  |   |
| 40       |   | Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал      |
|          | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>   |   |
| 50       |   | Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал     |

|          |  |   |
|----------|--|---|
| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>   | <b>284,70р</b>                                      |
|          | <b>Салат из свежей капусты</b>   |   |
| 100      | Капуста свежая белокочанная, Масло растительное, Соль  | Б - 1,2 г, Ж - 5,33 г, У - 7,66 г, ЭЦ - 87,0 ккал   |
|          | <b>Суп картофельный с рисом и рыбой</b>  |   |
| 250/20   | Картофель свежий, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Минтай филе отварное     | Б - 7,3 г, Ж - 2,92 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134,6 ккал  |
|          | <b>Жаркое по-домашнему со свиной</b>   |   |
| 280      | Свинина окорок с/м, Картофель свежий, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Соль                   | Б - 27,3 г, Ж - 24,6 г, У - 27,1 г, ЭЦ - 438,8 ккал |
|          | <b>Компот из свежих яблок</b>  |   |
| 200      | Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная   | Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал    |
|          | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>   |   |
| 60       |  | Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал    |
|          | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>  |   |
| 50       |  | Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал     |
|          | <b>Апельсин свежий</b>   |   |
| 170      |  | Б - 1,53 г, Ж- 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал  |
|          | <b>Булочка "домашняя"</b>  |   |
| 100      | Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль | Б - 7,2 г, Ж- 10,8 г, У - 49,8 г, ЭЦ - 300,6 ккал   |

Главный технолог \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409

М.В. Митрофанова



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"

Мищенко Е.М.

**МЕНЮ**  
**9 день**  
**29.11. 2023 г.**

| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b>  | <b>96,90р</b> |
|----------|--|---------------|
| 180/5    | <b>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</b><br>Хлопья овсяные "Геркулес", Молоко, Масло сливочное, Соль<br>Б - 10,31 г, Ж - 10,4 г, У - 35,1 г, ЭЦ - 237,51ккал |               |
| 15       | <b>Сыр порциями</b><br>Б - 3,45г, Ж - 4,4 г, У - 0 г, ЭЦ - 54,5 ккал   |               |
| 25       | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 2,0 г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68,0 ккал  |               |
| 200      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал   |               |
| 130      | <b>Груша свежая</b><br>Б - 0,52г, Ж - 0,4 г, У - 13,4 г, ЭЦ - 61,1 ккал  |               |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>   | <b>145,30р</b> |
|----------|---|----------------|
| 60       | <b>Салат из свеклы отварной с маслом растительным</b><br>Свекла свежая, Масло растительное, Соль<br>Б - 2,7 г, Ж - 6,53 г, У - 3,6 г, ЭЦ - 54 ккал  |                |
| 200/5/5  | <b>Суп из овощей с курицей отварной и сметаной</b><br>Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Сметана.<br>Б - 2,55 г, Ж - 4,11 г, У - 8,36 г, ЭЦ - 81 ккал |                |
| 90/30    | <b>Печень по-строгановски</b><br>Печень говяжья с/м, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная, Соль<br>Б - 12,02 г, Ж - 10,6 г, У - 20,9 г, ЭЦ - 207,7 ккал  |                |
| 150      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа рисовая Масло сливочное, Соль Б - 3,7 г, Ж - 6,3 г, У - 32,8 г, ЭЦ - 203 ккал  |                |
| 200      | <b>Компот из апельсинов</b><br>Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал   |                |
| 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал  |                |
| 50       | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |

| Выход, г  | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>  | <b>284,70р</b> |
|-----------|---|----------------|
| 100       | <b>Салат из свеклы отварной с маслом растительным</b><br>Свекла свежая, Масло растительное, Соль<br>Б - 4,1 г, Ж - 10,88 г, У - 6 г, ЭЦ - 90,6 ккал   |                |
| 250/15/10 | <b>Суп из овощей с курицей отварной и сметаной</b><br>Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Сметана<br>Б - 5,1 г, Ж - 6,0 г, У - 10,9 г, ЭЦ - 112,1 ккал |                |
| 100/40    | <b>Печень по-строгановски</b><br>Печень говяжья с/м, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная, Соль<br>Б - 12,02 г, Ж - 10,6 г, У - 20,9 г, ЭЦ - 207,7 ккал  |                |
| 200       | <b>Рис отварной</b><br>Крупа рисовая Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 41,2 г, ЭЦ - 255,5 ккал  |                |
| 200       | <b>Компот из апельсинов</b><br>Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал   |                |
| 60        | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал  |                |
| 50        | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |
| 150       | <b>Груша свежая</b><br>Б - 0,6 г, Ж - 0,45 г, У - 15,45 г, ЭЦ - 70,5 ккал   |                |
| 100       | <b>Плюшка "Московская"</b><br>Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль<br>Б - 8,62 г, Ж - 14,4 г, У - 61,65 г, ЭЦ - 329,8 ккал  |                |

Главный технолог \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"  
Мищенко Е.М.



**МЕНЮ**  
**10 день**  
**30.11. 2023 г.**

| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b>  | <b>96,90р</b> |
|----------|--|---------------|
| 180/5    | <b>Каша манная молочная с маслом сливочным</b><br>Крупа гманная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное Б - 10,1 г, Ж - 12,3 г, У - 33,5, г, ЭЦ - 248,6 ккал |               |
| 20/25    | <b>Бутерброд с джемом</b><br>Батон пшеничный, Джем Б - 2,2г, Ж- 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 86,8 ккал  |               |
| 200      | <b>Какао с молоком</b><br>Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал   |               |
| 100      | <b>Мандарин свежий</b><br>Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 7,5 г, ЭЦ - 38 ккал  |               |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>   | <b>145,30р</b> |
|----------|---|----------------|
| 40/20    | <b>Яйцо с гарниром</b><br>Яйцо куриное вареное, Горошек зеленый консервированный Б - 3,3 г, Ж - 3,6 г, У - 4,2 г, ЭЦ - 72 ккал  |                |
| 200/5/5  | <b>Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной</b><br>Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Томатная паста, Сахар-песок, Кислота лимонная, Курица отварная, Сметана, Соль Б - 4,6 г, Ж - 5,64 г, У - 11,2 г, ЭЦ - 94 ккал |                |
| 90/30    | <b>Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом</b><br>Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста, Соль Б - 8 г, Ж - 10,21 г, У - 11,56 г, ЭЦ - 180 ккал   |                |
| 150      | <b>Макаронные изделия отварные</b><br>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 5 г, Ж - 4,8 г, У - 27 г, ЭЦ - 151 ккал   |                |
| 200      | <b>Сок фруктовый (яблочный)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал  |                |
| 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал  |                |
| 50       | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал  |                |

| Выход, г  | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>   | <b>284,70р</b> |
|-----------|--|----------------|
| 40/60     | <b>Яйцо с гарниром</b><br>Яйцо куриное вареное, Горошек зеленый консервированный Б - 5,5 г, Ж - 6,0 г, У - 7,0 г, ЭЦ - 120 ккал  |                |
| 250/15/10 | <b>Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной</b><br>Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Томатная паста, Сахар-песок, Кислота лимонная, Курица отварная, Сметана, Соль Б - 9,85г, Ж - 7,2 г, У - 15,06 г, ЭЦ - 178,8 ккал |                |
| 100/40    | <b>Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом</b><br>Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста, Соль Б - 10,22 г, Ж - 12,9 г, У - 12,53 г, ЭЦ - 200,4 ккал                                       |                |
| 200       | <b>Макаронные изделия отварные</b><br>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 6,5 г, Ж - 6,4 г, У - 39,5 г, ЭЦ - 254,4 ккал  |                |
| 200       | <b>Сок фруктовый (яблочный)</b><br>Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал   |                |
| 60        | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал   |                |
| 50        | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал   |                |
| 150       | <b>Мандарин свежий</b><br>Б - 1,2 г, Ж - 0,15 г, У - 11,2 г, ЭЦ - 57,0 ккал  |                |
| 75        | <b>Сдоба обыкновенная</b><br>Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,7 г, Ж - 14,9 г, У - 37,2 г, ЭЦ - 246,0 ккал   |                |

Главный технолог

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ СОШ № 409



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"  
Мищенко Е.М



**МЕНЮ**  
**11 день**  
**01.12. 2023 г.**

| Выход, г | <b>Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2023год</b> | <b>96,90р</b>   |
|----------|---|---|
|          | <b>Омлет натуральный</b>                            |   |
| 150      | Яйца куриные, Молоко, Масло сливочное, Соль         | Б - 14,4 г, Ж - 18,87 г, У - 14,6 г, ЭЦ - 283,63 ккал |
|          | <b>Чай с лимоном</b>                                |   |
| 200/5    | Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий       | Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал       |
|          | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>           |   |
| 25       |   | Б - 2г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал         |
|          | <b>Зефир витаминизированный</b>                     |   |
| 35       |   | Б - 0,63г, Ж - 0,1 г, У - 23,2 г, ЭЦ - 101,60 ккал    |
|          | <b>Яблоко свежее</b>                                |   |
| 100      |   | Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал       |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 1-4 классах на 2023 год</b>   | <b>145,30р</b>  |
|----------|---|---|
|          | <b>Салат из квашенной капусты</b>   |   |
| 60       | Капуста квашенная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное                                  | Б - 0,96 г, Ж - 3,06 г, У - 4,62 г, ЭЦ - 49,8 ккал    |
|          | <b>Суп-лапша домашняя с курицей</b>   |   |
| 200/10   | Лапша домашняя, Филе куриное отварное, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль               | Б - 5,66 г, Ж - 4,5 г, У - 13,84 г, ЭЦ - 118,1 ккал   |
|          | <b>Плов с куриным филе</b>  |   |
| 240      | Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль | Б - 15,47 г, Ж - 16,44 г, У - 39,1 г, ЭЦ - 371,2 ккал |
|          | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>  |   |
| 200      | Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная  | Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 г, ЭЦ - 97,2 ккал      |
|          | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>  |   |
| 40       |   | Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал        |
|          | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>   |   |
| 50       |   | Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал       |

| Выход, г | <b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2023 год</b>  | <b>284,70р</b>                                      |
|----------|---|---|
|          | <b>Салат из квашенной капусты</b>   |   |
| 100      | Капуста квашенная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное                                  | Б - 1,6 г, Ж - 5,1 г, У - 7,7 г, ЭЦ - 83,0 ккал     |
|          | <b>Суп-лапша домашняя с курицей</b>   |   |
| 250/15   | Лапша домашняя, Филе куриное отварное, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль               | Б - 11,2 г, Ж - 13,5 г, У - 19,7 г, ЭЦ - 238,7 ккал |
|          | <b>Плов с куриным филе</b>  |   |
| 280      | Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль | Б - 18,0г, Ж - 19,18 г, У - 45,6 г, ЭЦ - 433,1 ккал |
|          | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>  |   |
| 200      | Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная  | Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 ЭЦ - 97,2 ккал       |
|          | <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>  |   |
| 60       |   | Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 136 ккал    |
|          | <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>   |   |
| 50       |   | Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал     |
|          | <b>Зефир витаминизированный</b>   |   |
| 35       |   | Б - 0,63 г, Ж - 0,2 г, У - 23,2 г, ЭЦ - 101,6 ккал  |
|          | <b>Яблоко свежее</b>  |   |
| 150      |   | Б - 0,6 г, Ж - 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал    |
|          | <b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b>  |   |
| 100      |   | Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал       |

Главный технолог \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_