

СОГЛАСОВАНО

*Директор МОУ сш №37 г. Ишимска*

(наименование общеобразовательного

учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

«28» 02 2025

УТВЕРЖДАЮ:

ООО "Ника-плюс"

(наименование учреждения)

Фролов С.Ю.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

2025

Меню приготавливаемых блюд двухнедельное  
для питания учащихся муниципальных общеобразовательных организаций, имеющих государственную аккредитацию,  
обучающихся по образовательным программам основного общего, среднего общего образования  
(за исключением учащихся, находящихся на полном государственном обеспечении)

1 неделя

Сезон: все сна

День 1 понедельник

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |        |       |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|-------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P      | Mg    | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,90     | 5       | 20,6        | 135,3          | 0,030    | 0,000 | 0,04  | 0,3   | 6,9                  | 19,5   | 3     | 0,24  |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800  | 1,400 | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,97     | 5,02    | 35,60       | 195,30         | 0,030    | 0,030 | 0,040 | 0,300 | 18,000               | 22,300 | 4,400 | 0,520 |

День 2 вторник

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |         |        |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|---------|--------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P       | Mg     | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,60     | 1,6     | 21,35       | 222,2          | 0,050    | 0,140 | 0,08  | 0,678 | 184,98               | 126,9   | 12,7   | 0,774 |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800   | 1,400  | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,67     | 1,62    | 36,35       | 282,20         | 0,050    | 0,170 | 0,080 | 0,678 | 196,080              | 129,700 | 14,100 | 1,054 |

День 3 среда

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |        |        |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|--------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P      | Mg     | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,90     | 5,4     | 19,8        | 135            | 0,080    | 0,150 | 0,002 | 0,078 | 11,1                 | 41,4   | 9,9    | 0,774 |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800  | 1,400  | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,97     | 5,42    | 34,80       | 195,00         | 0,080    | 0,180 | 0,002 | 0,078 | 22,200               | 44,200 | 11,300 | 1,054 |

День 4 четверг

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |        |       |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|-------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P      | Mg    | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 0,80     | 1       | 23,2        | 105,2          | 0,009    | 0,000 | 0,001 | 4,8   | 10,8                 | 10,8   | 3     | 0,45  |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800  | 1,400 | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 0,87     | 1,02    | 38,20       | 165,20         | 0,009    | 0,030 | 0,001 | 4,800 | 21,900               | 13,600 | 4,400 | 0,730 |

День 5 пятница

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |        |       |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|-------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P      | Mg    | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,90     | 5       | 20,6        | 135,3          | 0,030    | 0,000 | 0,04  | 0,3   | 6,9                  | 19,5   | 3     | 0,24  |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800  | 1,400 | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,97     | 5,02    | 35,60       | 195,30         | 0,030    | 0,030 | 0,040 | 0,300 | 18,000               | 22,300 | 4,400 | 0,520 |

2 неделя

День 6 понедельник

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |         |        |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|---------|--------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P       | Mg     | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,60     | 1,6     | 21,35       | 222,2          | 0,050    | 0,140 | 0,08  | 0,678 | 184,98               | 126,9   | 12,7   | 0,774 |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800   | 1,400  | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,67     | 1,62    | 36,35       | 282,20         | 0,050    | 0,170 | 0,080 | 0,678 | 196,080              | 129,700 | 14,100 | 1,054 |

День 7 вторник

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |        |        |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|--------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P      | Mg     | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,90     | 5,4     | 19,8        | 135            | 0,080    | 0,150 | 0,002 | 0,078 | 11,1                 | 41,4   | 9,9    | 0,774 |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800  | 1,400  | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,97     | 5,42    | 34,80       | 195,00         | 0,080    | 0,180 | 0,002 | 0,078 | 22,200               | 44,200 | 11,300 | 1,054 |

День 8 среда

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |        |       |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|-------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P      | Mg    | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 0,80     | 1       | 23,2        | 105,2          | 0,009    | 0,000 | 0,001 | 4,8   | 10,8                 | 10,8   | 3     | 0,45  |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800  | 1,400 | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 0,87     | 1,02    | 38,20       | 165,20         | 0,009    | 0,030 | 0,001 | 4,800 | 21,900               | 13,600 | 4,400 | 0,730 |

День 9 четверг

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |        |       |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|--------|-------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P      | Mg    | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,90     | 5       | 20,6        | 135,3          | 0,030    | 0,000 | 0,04  | 0,3   | 6,9                  | 19,5   | 3     | 0,24  |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800  | 1,400 | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,97     | 5,02    | 35,60       | 195,30         | 0,030    | 0,030 | 0,040 | 0,300 | 18,000               | 22,300 | 4,400 | 0,520 |

День 10 пятница

Завтрак

| № сб. рец. | Наименование блюда                              | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн. Цен, ккал. | Витамины |       |       |       | Минеральные вещества |         |        |       |
|------------|-------------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|----------------|----------|-------|-------|-------|----------------------|---------|--------|-------|
|            |                                                 |          |          |         |             |                | B1       | C     | A     | E     | Ca                   | P       | Mg     | Fe    |
|            | Кондитерское изделие промышленного производства | 30       | 1,60     | 1,6     | 21,35       | 222,2          | 0,050    | 0,140 | 0,08  | 0,678 | 184,98               | 126,9   | 12,7   | 0,774 |
| 375/376    | Чай с сахаром (200/15)                          | 215      | 0,07     | 0,02    | 15,00       | 60,00          | 0,000    | 0,030 | 0,000 | 0,000 | 11,100               | 2,800   | 1,400  | 0,280 |
|            | Итого завтрак:                                  | 245      | 1,67     | 1,62    | 36,35       | 282,20         | 0,050    | 0,170 | 0,080 | 0,678 | 196,080              | 129,700 | 14,100 | 1,054 |