

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
 ИСАЕВ Б.Л.

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энерг.	№ рецептуры
		порции, г	Б	Ж	У	ценн.(ккал)	
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК (1 Неделя) Завтрак</b>							
ЗАВТРАК	Масло сливочное (порц) 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017
	Пудинг из творога (запечённый)с молоком сгущённым 200/40	200\40	28,47	22,28	72,94	607	№222 сб. 2017
	Чай с лимоном с сахаром 200\7\10	200\7\10	0,13	0,02	15,2	62	№377 сб. 2017
	Печенье (1шт в индивид. упаковке)	100	2,25	4,8	20,7	135	Пром.
	Кондитерское изд.	38	5	31	60	540	Пром.
	Хлеб пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	70,5	
<b>итого завтрак</b>		<b>638</b>	<b>38,21</b>	<b>65,59</b>	<b>183,73</b>	<b>1480,5</b>	
<b>Обед</b>							
ОБЕД	Овощи порционные (солёные) свежие(помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	1,59	4,99	9,15	95,25	№96 сб. 2017
	Котлеты рубленые из птицы	100	15,3	29,4	15,46	388	№295 сб. 2017
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом сливочным 72,5%	180\6	7,79	5,56	47,92	272,88	№302 сб. 2017
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	№ 388 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
<b>итого за обед</b>		<b>1101</b>	<b>31,72</b>	<b>41,23</b>	<b>142,07</b>	<b>1081,03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1739</b>	<b>69,93</b>	<b>106,82</b>	<b>325,8</b>	<b>2561,53</b>	

Стоимость Завтрака – 62,84 Стоимость Обеда – 62,84

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

ДИРЕКТОР ООО «ЛАРИЙ»  
 СИДОРОВ Б.Л.

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	ВТОРНИК (1неделя) Завтрак			Энерг. ценн.(ккал)	№ рецептуры
			Пищевые вещества				
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК	Закуска: Сыр порционный	15	8,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017
	Каша молочная рисовая с сахаром	200\10	6,1	3,6	52,8	268	№182 сб. 2017
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№ 379 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Яблоко сезонное 1 шт	1шт	0,4	0,4	9,8	47	№338 сб. 2017
<b>Итого за завтрак</b>		<b>755</b>	<b>21,91</b>	<b>15,97</b>	<b>113,51</b>	<b>686</b>	
				Обед			
ОБЕД	Закуска : Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	№75 сб. 2017
	Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,77	4,95	7,9	89,75	№ 88 сб. 2017
	Шницель из говядины	100	15	22	13,02	312,73	№ 268 сб. 2017
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным 72,5%	180\6	7,79	5,55	47,92	272,88	№ 302 сб. 2017
	Компот из свежих плодов (по сезону)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	№342 сб. 2017
	Кондитерское изд	38	5	31	60	540	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
<b>Итого обед</b>		<b>934</b>	<b>37,11</b>	<b>62,14</b>	<b>218,15</b>	<b>1669</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1689</b>	<b>74,93</b>	<b>62,88</b>	<b>331,0</b>	<b>2355</b>	

**Стоимость Завтрака – 62,84    Стоимость Обеда – 62,84**

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
 СИПАТОВ Б.Л.

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

1	Наименование блюда	Масса порции, г	СРЕДА (1 неделя) Завтрак			Энерг. ценн.(ккал)	№ рецептуры
			Пищевые вещества				
			Б	Ж	У		
2	3	4	5	6	7	8	
ЗАВТРАК	Масло сливочное (порц) 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017
	Макароны отварные с сыром с маслом 270/20/10	300	17,0	22,4	50,8	450	№204 сб. 2017
	Чай с сахаром	200\10	0,07	0,02	10	60	№376 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>750</b>	<b>20,43</b>	<b>30,11</b>	<b>95,89</b>	<b>738,5</b>	
				<b>Обед</b>			
ОБЕД	Овощи свежие(огурец)(солёные)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017
	Суп с рисовой крупой и томатом	250	3,5	5,8	22	141,4	№116 сб. 2017
	Рагу из птицы	100\180	18,4	16,5	24,0	304,8	№289 сб. 2017
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	№349 сб. 2017
	Кондитерское изд	38	5	31	60	540	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
<b>Итого за обед</b>		<b>928</b>	<b>32,92</b>	<b>54,19</b>	<b>166,59</b>	<b>1263,7</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1678</b>	<b>53,35</b>	<b>84,3</b>	<b>262,48</b>	<b>2002,2</b>	

Стоимость Завтрака – 62,84    Стоимость Обеда – 62,84

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

Директор ООО «ДАРИЙ»  
 СИДЯТОВ Б.Л.

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях г. Эссентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

1	Наименование блюда	Масса порции, г	ЧЕТВЕРГ ( 1 НЕДЕЛЯ)			Энерг. ценн.(ккал)	№ рецептуры
			Завтрак				
			Пищевые вещества				
Б	Ж	У					
	Масло сливочное (порц.) 72,5%	10	0,08	7,25	0	66	№14 сб. 2017
ЗАВТРАК	Овощи свежие (помидор)(солёные)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017
	Котлеты рубленные из птицы	100	13,91	26,73	14,05	352,73	№295 сб. 2017
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5%	205\6	8,5	7,72	50,4	304,4	№ 302 сб. 2017
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№379 сб. 2017
	Кондитерское изд.	38	5	31	60	540	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
Итого за завтрак		689	34,04	75,82	158,96	1456,23	
				Обед			
ОБЕД	Овощи свежие (помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017
	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,8	4,92	10,93	103,75	№ 82 сб. 2017
	Рыба припущенная	100	14,6	10,69	15,29	209,63	№227 сб. 2017
	Картофель отварной или пюре картоф.с маслом сливочным 72,5%	180/6	3,82	11,29	22,18	213,19	№125 сб. 2017
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	№388 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
Итого за обед		1101	27,26	28,18	117,94	851,47	
Итого за день		1790	61,3	104	276,9	2307,7	

Стоимость Завтрака – 62,84      Стоимость Обеда – 62,84

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

ДИРЕКТОР ООО «ИКАРИЙ»  
 СИГАТОВ Е.Л.

*Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.*

1	Наименование блюда	Масса порции, г	ПЯТНИЦА (1 Неделя) Завтрак			Энерг. ценн.(ккал)	№ рецептуры
			Пищевые вещества				
			Б	Ж	У		
2	3	4	5	6	7	8	
ЗАВТРАК	Масло сливочное (порц) Крестьянское 72,5%	10	0,08	7,25	0	66	№14 сб. 2017
	Омлет натуральный	200	17,97	32	3,4	377	№210 сб. 2017
	Кукуруза отварн. консерв.	50	0,96	0,06	1,92	11,64	№133 сб. 2017
	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10	60	№376 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Яблоко свежее	1шт	0,2	0,2	4,5	23,5	№338 сб. 2017
<i>Итого за завтрак</i>		750	22,56	39,97	54,78	700.64	
				Обед			
Обед	Закуска: Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	№75 сб. 2017
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	6,8	18,4	153,0	№102 сб. 2017
	Шницель из говядины	100	15	22	13,02	312,73	№268 сб. 2017
	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5%	180\6	6,73	7,14	37,56	241,38	№309 сб. 2017
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	№342 сб. 2017
	Кондитерское изд.	38	5	31	60	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
<i>Итого за обед</i>		934	39,72	129	204,5	1221,71	
<i>Итого за день</i>		1684	62,28	168,97	259,28	1922,35	

**Стоимость Завтрака – 62,84    Стоимость Обеда – 62,84**

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.



Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях

г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК (2 неделя) Завтрак</b>						
№ 173 сб. 2017	Каша вязкая молочная с гречневой крупы с сахаром	200/10	6,2	10	26,8	224
№376 сб. 2017	Чай с сахаром	200\10	0,07	0,02	10	60
№388 сб. 2017	Яблоко свежее	100	0,5	0,5	10	52
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Пром.	Кондитерское изделие	38	5	31	60	540
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>588</b>	<b>14,05</b>	<b>41,76</b>	<b>121,56</b>	<b>946,5</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) (помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№88 сб. 2017	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,77	4,95	7,9	89,75
№295 сб. 2017	Котлеты куриные из бройлер-цыплят	100	15,3	29,4	15,46	388
№302 сб. 2017	Каша рассыпчатая рисовая с маслом сливочным 72,5%	180\6	7,84	5,58	48,18	274,36
№349 сб. 2017	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	<b>Всего за обед</b>	<b>1101</b>	<b>31,93</b>	<b>41,02</b>	<b>152,33</b>	<b>1121,61</b>
	<b>Итого</b>	<b>1689</b>	<b>45,98</b>	<b>82,78</b>	<b>273,89</b>	<b>2068,11</b>

Стоимость Завтрака – 62,84 Стоимость Обеда – 62,84

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
 ДИРЕКТОР БЛ

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях

г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества,(г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ВТОРНИК ( 2 неделя) Завтрак</b>						
№14 сб. 2017	Масло сливочное (порц) 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66
№210 сб. 2017	Омлет натуральный	200	17,97	32	3,4	377
№131 сб. 2017	Зелёный горошек отварной	50	0,96	0,06	1,92	11,64
№376 сб. 2017	Чай с сахаром с лимоном	200\10/7	0,07	0,02	10	60
Пром.	Сок фркутовый	200	1	0,2	20,20	92
№388 сб. 2017	Яблоко свежее	1шт	0,2	0,2	4,9	23,5
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>757</b>	<b>22,56</b>	<b>39,97</b>	<b>55,31</b>	<b>700,64</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) ( огурец)	100	1,1	0,2	3,8	22
№103 сб. 2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	3,2	18,9	123,1
№289 сб. 2017	Рагу из птицы	100\180	20,49	17,03	24,33	332,8
№342 сб. 2017	Компот из св. плодов	200	0,16	0,16	27,8	114
Пром.	Кондит. изд	38	5	31	60	540
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	<b>Всего за обед</b>	<b>928</b>	<b>33,81</b>	<b>52,19</b>	<b>126,61</b>	<b>1254,6</b>
	<b>Итого</b>	<b>1685</b>	<b>56,37</b>	<b>92,16</b>	<b>181,92</b>	<b>1955,24</b>

**Стоимость Завтрака – 62,84    Стоимость Обеда – 62,84**

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
 СИЛАТОВ Б.Л.

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях

г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории

2024г.

№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>СРЕДА ( 2 неделя) Завтрак</b>						
№14 сб. 2017	Масло сливочное (порц) 72,5 %	10	0,08	7,25	0,13	66
№223. 2017	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/40	22,66	16,14	37,86	466,75
№377 сб. 2017	Чай с лимоном с сахаром	200/7/10	0,13	0,02	15,2	62
	Хлеб пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	70,5
	Печенье (1шт в индивидуальной упаковке)	50	2,25	4,8	20,7	135
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,20	20,20	92
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>750</b>	<b>27,4</b>	<b>28,65</b>	<b>108,85</b>	<b>984</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные)(помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№96 сб. 2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	1,59	4,99	9,15	95,25
№301 сб. 2017	Кнели из птицы	100	19	17	4,3	211
№309 сб. 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 72,5%	180\6	6,73	7,14	37,56	241,38
№388 сб.2017	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Пром.	Кондитерское изделие	38	5	31	60	540
	<b>Всего за обед</b>	<b>933</b>	<b>28,55</b>	<b>28,25</b>	<b>131,2</b>	<b>1320,53</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1683</b>	<b>55,95</b>	<b>56,09</b>	<b>240,05</b>	<b>2304,53</b>

Стоимость Завтрака – 62,84      Стоимость Обеда – 62,84



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.



Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях

г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ЧЕТВЕРГ (2 неделя) Завтрак</b>						
№15 сб. 2017	Закуска: Сыр порционный	15	6,96	8,85	0	108
№173 сб. 2017	Каша молочная овсяная с сахаром	245/10	10,48	16,25	47,5	375
№379 сб. 2017	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
№388 сб. 2017	Яблоко сезонное	1шт	0,2	0,2	4,5	23,5
Пром.	Кондитерское изделие	38	5	31	60	540
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>588</b>	<b>28,09</b>	<b>59,22</b>	<b>677,1</b>	<b>1217</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) (огурец)	100	1,1	0,2	3,8	22
№102 сб. 2017	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	6,8	18,4	153
№227 сб. 2017	Рыба припущенная	100	11,89	13,95	14,53	230,91
№ 125 № 128 сб. 2017	Картофель отварной \ Картофельное пюре с маслом сливочным 72,5%	180\6	3,56	6,98	24,65	185
№349 сб. 2017	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92
	<b>Всего за обед</b>	<b>1096</b>	<b>28,67</b>	<b>28,82</b>	<b>138,37</b>	<b>846,41</b>
	<b>Итого</b>	<b>1684</b>	<b>56,76</b>	<b>88,04</b>	<b>815,47</b>	<b>2063,41</b>

Стоимость Завтрака – 62,84    Стоимость Обеда – 62,84

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ № 12  
 Просветова А.С.

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
 СИГАТОВ Б.Л

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях

г. Ессентуки 10 дневное меню льготной категории 2024г.

№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ПЯТНИЦА (2 неделя) Завтрак</b>						
№14 сб. 2017	Масло сливочное 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66
№71 сб. 2017	Овощи свежие( солёные)(помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№291 сб. 2017	Плов из птицы	100\200	25,22	12,53	51,03	418,13
№376 сб. 2017	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10	60
Пром	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>850</b>	<b>28,65</b>	<b>20,24</b>	<b>96,12</b>	<b>706,93</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) (помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№82 сб. 2017	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,8	4,92	10,93	103,75
№270 сб. 2017	Котлеты московские	100	14,4	18,73	20,14	294,44
№309 сб. 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 72,5%	180\6	6,73	7,14	37,56	241,38
№342.сб. 2017	Компот из св. яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Пром.	Кондитерское изд.	38	5	31	60	540
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	<b>Всего за обед</b>	<b>939</b>	<b>33,45</b>	<b>62,75</b>	<b>185,09</b>	<b>1438</b>
	<b>Итого</b>	<b>1789</b>	<b>62,1</b>	<b>82,99</b>	<b>281,21</b>	<b>2144,93</b>

**Стоимость Завтрака – 62,84    Стоимость Обеда – 62,84**