Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ Гимназия №1 (к1) им.Н.Т.Антошкина

Меню с 29 декабря по 30 декабря 2025г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
90	Сосиски отварные		9,00	19,53	0,72	206,00
160	Макаронные изделия отварные		6,20	4,59	39,55	224,50
200	Чай с сахаром		0,2	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания		4,0	0,5	27,50	130,0
		71-09				

Вторник

10	Масло сливочное (порциями)		0,05	8,25	0,08	75,00
150/5/7	Каша ячневая молочная жидкая с маслом и сахаром		5,32	2,75	36,12	190,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно		0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром		0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания		3,85	1,50	25,05	129,50
		71-09				
		142-18				

Составил технолог ООО «МШКОП». **Лебедькова Е.М.**
Повар.

Меню для учащихся с 5 по 11 класс за счет родительских средств (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ Гимназия №1 (к1) им.Н.Т.Антошкина

Меню с 29 декабря по 30 декабря 2025г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
20	Сыр (порциями)	20-50	4,64	5,9	0,0	72,80
90	Сосиски отварные	64-85	9,00	19,53	0,72	206,00
180	Макаронные изделия отварные	12-18	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	2-61	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,50	130,0
		103-89				

Вторник

10	Масло сливочное (порциями)	11-19	0,05	8,25	0,08	75,00
200/10/10	Каша ячневая молочная жидкая с маслом и сахаром	24-36	7,23	3,72	49,05	259,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	14-25	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	2-61	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50
		57-57				
Итого		161-46				

Составил технолог ООО «МШКОП». **Лебедькова.Е.М.**
Повар

Меню для учащихся из многодетных семей и ТЖС (завтрак) с 5 по 11кл.

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ Гимназия №1 (к1) им. Н.Т.Антошкина

Меню с 29 декабря по 30 декабря 2025г.

Понедельник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
90	Сосиски отварные	9,00	19,53	0,72	206,00
180	Макаронные изделия отварные	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80
		78-02			

Вторник

10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,00
200/10 /10	Каша ячневая молочная жидкая с маслом и сахаром	7,23	3,72	49,05	259,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60
		78-02			

Итого **156-04**

Составил технолог ООО «МШКОП». **Лебедькова.Е.М.**
Повар.

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья, СВО и дети – инвалиды (завтрак и обед) с 1 по 4 кл.

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ Гимназия № 1 (к1) им. Н.Т.Антошкина

Меню с 29 декабря по 30 декабря 2025г.

Понедельник

Завтрак

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
90	Сосиски отварные	9,00	19,53	0,72	206,00
150	Макаронные изделия отварные	5,82	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200	Суп рисовый с мелко шинкованными овощами	1,35	1,63	11,81	64,46
80	Паприкаш	3,25	25,78	11,29	189,31
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
Итого		**150-82**			

Вторник

Завтрак

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,80	0,1	52,88
150/5/7	Каша ячневая молочная жидкая с маслом и сахаром	5,32	2,75	36,12	190,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200	Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишель)	9,44	9,04	13,30	175,52
100	Шницель школьный с томатным соусом	13,40	14,80	2,80	219,50
150/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	4,50	3,91	31,00	180,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
Итого		**150-82**			

Всего **301-64**

Составил технолог ООО «МШКОП». **Лебедькова.Е.М.**
Повар.

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья, СВО и дети – инвалиды (завтрак и обед) с 5 по 11 кл.

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ Гимназия №1 (к1) им. Н.Т. Антошкина

Меню с 29 декабря по 30 декабря 2025г.

Понедельник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
	Завтрак				
90	Сосиски отварные	9,00	19,53	0,72	206,00
180	Макаронные изделия отварные	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80
	Обед				
250	Суп рисовый с мелко шинкованными овощами	1,68	2,03	14,76	80,57
80	Паприкаш	3,25	25,78	11,29	189,31
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,0	316,56
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
Итого		**168-04**			

Вторник

	Завтрак				
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,80	0,1	52,88
200/10 /10	Каша ячневая молочная жидкая с маслом и сахаром	7,23	3,72	49,05	259,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60
	Обед				
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишель)	11,80	11,30	16,63	219,40
100	Шницель школьный с томатным соусом	13,40	14,80	2,80	219,5
180/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	5,4	4,69	37,20	216,0
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
Итого		**168-04**			
Всего		**336-08**			

Составил технолог ООО «МШКОП». Лебедькова.Е.М.

Повар.