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 2 сентября по 5 сентября 2025г.

Вторник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
100	Палочки школьные с томатным соусом	11,40	14,80	10,90	219,50
150	Макаронные изделия отварные	5,82	4,31	37,08	210,50
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				

Среда

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
150/5	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	4,6	9,96	35,25	237,47
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				

Четверг

70	Помидоры свежие (порционно)	0,66	0,12	2,28	14,56
180	Плов из говядины	13,0	16,0	39,0	350,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0
	71-09				

Пятница

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
150/5	Каша манная молочная жидкая с маслом	4,40	8,72	22,89	188,00
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				

Итого **284-36**

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 2 сентября по 5 сентября 2025г.

Вторник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
20	Сыр (порциями)	**19-40**	4,64	5,9	0,0	72,80
100	Палочки школьные с томатным соусом	**54-31**	11,40	14,80	10,90	219,50
180	Макаронные изделия отварные	**12-95**	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	**2-58**	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	**3-75**	4,0	0,5	27,5	130,0
		92-99				

Среда

10	Масло сливочное (порциями)	**12-41**	0,05	8,25	0,08	75,0
200/10	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	**25-30**	8,18	12,8	42,46	318,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	**17-25**	0,40	0,40	9,80	48,00
200	Чай с сахаром	**2-58**	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	**5-16**	3,85	1,50	25,05	129,50
		62-70				

Четверг

80	Помидоры свежие (порционно)	**14-49**	0,88	0,13	3,04	25,88
220	Плов из говядины	**73-27**	15,80	19,60	47,70	428,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	**5-10**	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	**3-75**	4,0	0,50	27,50	130,0
		96-61				

Пятница

10	Сыр (порциями)	**9-70**	2,63	2,66	0,0	35
200/10	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	**26-09**	5,96	11,8	31,02	254,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	**17-25**	0,40	0,40	9,80	48,00
200	Чай с сахаром	**2-58**	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	**5-16**	3,85	1,50	25,05	129,50
		60-78				

Итого **313-08**

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

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

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

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

Меню с 2 сентября по 5 сентября 2025г.

УО74

Вторник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
20	Сыр (порциями)	4,64	5,9	0,0	72,80
100	Палочки школьные с томатным соусом	11,40	14,80	10,90	219,50
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
	78-02				

Среда

100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,80	48,00
200/10	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	8,18	12,8	42,46	318,0
10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
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
	78-02				

Четверг

80	Помидоры свежие (порционно)	0,88	0,13	3,04	25,88
220	Плов из говядины	15,80	19,60	47,70	428,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80
	78-02				

Пятница

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
200/10	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	5,96	11,8	31,02	254,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,80	48,00
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
	78-02				

Итого **312-08**

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

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

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

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

Меню с 2 сентября по 5 сентября 2025г.

Вторник

Завтрак

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
100	Палочки школьные с томатным соусом				
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

200/5	Щи «Новгородские» со сметаной	1,62	4,80	10,61	71,20
80	Говядина в кислом - сладком соусе	12,64	12,22	5,25	181,50
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 для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
Итого		**150-82**			

Среда

Завтрак

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
150/5	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	4,6	9,96	35,25	237,47
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

200/5	Свекольник со сметаной	1,86	4,16	13,06	97,51
175	Азу с картофелем	16,75	22,06	13,06	319,72
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
Итого		**150-82**			

Четверг

Завтрак

50	Помидоры свежие (порционно)	0,56	0,10	1,95	12,48
175	Плов из говядины	13,0	16,0	39,0	350,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	2,0	4,50	14,70	111,50
80	Рыба, запеченная под маринадом (минтай)	8,56	4,24	5,84	96,32
150	Картофельное пюре	3,0	6,0	22,0	153,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
Итого		**150-82**			

Пятница

Завтрак

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
150/5	Каша манная молочная жидкая с маслом	4,40	8,72	22,89	188,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
40	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200	Суп картофельный с горохом	4,38	3,80	15,79	117,0
100	Биточки мясные с томатным соусом				
150	Макаронные изделия отварные(вермишель)	5,48	4,31	37,08	211,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

150-82

Всего **603-28**

Согласовано:

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

Повар.

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья 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 2 сентября по 5 сентября 2025г.

Вторник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
	Завтрак				
100	Палочки школьные с томатным соусом				
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				
250/5	Щи «Новгородские» со сметаной	2,02	6,00	13,26	89,00
80	Говядина в кислом - сладком соусе	12,64	12,22	5,25	181,50
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,00	316,56
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
Итого	**168-04**				

Среда

	Завтрак				
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
200/5	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	7,98	12,49	41,4	300,42
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50
	Обед				
250/5	Свекольник со сметаной	2,31	5,17	16,25	121,30
175	Азу с картофелем	16,75	22,06	13,06	319,72
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
Итого	**168-04**				

Четверг

	Завтрак				
50	Помидоры свежие (порционно)	0,47	0,08	1,62	10,40
210	Плов из говядины	15,80	19,60	47,70	428,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80
	Обед				
250/5	Рассольник ленинградский со сметаной	2,40	5,70	15,70	126,0
80	Рыба, запеченная под маринадом (минтай)	8,56	4,24	5,84	96,32
180	Картофельное пюре	3,96	6,12	26,52	177,65
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	2,28	0,27	14,53	69,60
Итого	**168-04**				

	Пятница				
	Завтрак				
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
200/5	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	5,81	11,5	29,08	240,95
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
40	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60
	Обед				
250	Суп картофельный с горохом	5,47	4,75	15,79	146,20
100	Биточки мясные с томатным соусом				
180	Макаронные изделия отварные (вермишель)	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	2,28	0,27	14,53	69,60
		168-04			
Всего		**672-16**			

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

Повар.