



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминова Т.М.



МЕНЮ  
на 18 октября 2023г

1-4 классы

День: среда  
Неделя: 1

| №<br>рец.                                                     | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------------|
|                                                               |                                                |                 | Б                    | Ж         | У          |                                      |
| 1                                                             | 2                                              | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                                    |
| <b>1 смена Дополнительное наполнение рациона на 30,00руб.</b> |                                                |                 |                      |           |            |                                      |
| 67,15                                                         | Яблоко                                         | 220             | 1                    | 1         | 22         | 103                                  |
| <b>1 смена Завтрак на 64,44руб.</b>                           |                                                |                 |                      |           |            |                                      |
| 21                                                            | Салат Витаминный                               | 60              | 1                    | 3         | 7          | 62                                   |
| 374,01                                                        | Рыба тушеная в томате с овощами                | 100             | 10                   | 6         | 5          | 112                                  |
| 520,1                                                         | Картофельное пюре                              | 150             | 3                    | 5         | 26         | 160                                  |
| 2,24                                                          | Кисель с витаминами                            | 200             |                      |           | 18         | 78                                   |
| 70,26                                                         | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 30              | 2                    |           | 15         | 68                                   |
| 71,41                                                         | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20              | 1                    |           | 8          | 36                                   |
| <b>Итого за Завтрак</b>                                       |                                                | <b>560</b>      | <b>17</b>            | <b>14</b> | <b>79</b>  | <b>516</b>                           |
| <b>2 смена Дополнительное наполнение рациона на 30,00руб.</b> |                                                |                 |                      |           |            |                                      |
| 67,15                                                         | Яблоко                                         | 220             | 1                    | 1         | 22         | 103                                  |
| <b>2 смена Обед на 72,54руб.</b>                              |                                                |                 |                      |           |            |                                      |
| 34                                                            | Салат "Здоровье"                               | 60              | 1                    | 3         | 5          | 50                                   |
| 61                                                            | Суп картофельный с рисовой крупой              | 200             | 2                    | 3         | 16         | 91                                   |
| 451,11                                                        | Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным | 90              | 10                   | 12        | 7          | 176                                  |
| 212                                                           | Макаронные изделия отварные                    | 150/3           | 6                    | 3         | 37         | 200                                  |
| 631,08                                                        | Компот из свежих яблок                         | 200             |                      |           | 16         | 67                                   |
| 70,26                                                         | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 30              | 2                    |           | 15         | 68                                   |
| 71,41                                                         | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20              | 1                    |           | 8          | 36                                   |
| <b>Итого за Обед</b>                                          |                                                | <b>753</b>      | <b>22</b>            | <b>21</b> | <b>104</b> | <b>688</b>                           |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_

Директор

Согласовано

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.

**МЕНЮ**  
на 18 октября 2023г

1 смена  
ОВЗ 1-4 классы

День: среда  
Неделя: 1

| №<br>реп.                                             | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|-------------------------------------------|
|                                                       |                                                |                   | Б                    | Ж         | У          |                                           |
| 1                                                     | 2                                              | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                         |
| <b>Дополнительное наполнение рациона на 30,00руб.</b> |                                                |                   |                      |           |            |                                           |
| 67,15                                                 | Яблоко                                         | 220               | 1                    | 1         | 22         | 103                                       |
| <b>Завтрак на 64,44руб.</b>                           |                                                |                   |                      |           |            |                                           |
| 21                                                    | Салат Витаминный                               | 60                | 1                    | 3         | 7          | 62                                        |
| 374,01                                                | Рыба тушеная в томате с овощами                | 100               | 10                   | 6         | 5          | 112                                       |
| 520,1                                                 | Картофе                                        | 150               | 3                    | 5         | 26         | 160                                       |
| 2,24                                                  | Кисель с витаминами                            | 200               |                      |           | 18         | 78                                        |
| 70,26                                                 | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 30                | 2                    |           | 15         | 68                                        |
| 71,41                                                 | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                        |
| <b>Итого за Завтрак</b>                               |                                                | <b>560</b>        | <b>17</b>            | <b>14</b> | <b>79</b>  | <b>516</b>                                |
| <b>Обед на 72,54руб.</b>                              |                                                |                   |                      |           |            |                                           |
| 34                                                    | Салат "Здоровье"                               | 60                | 1                    | 3         | 5          | 50                                        |
| 61                                                    | Суп картофельный с рисовой крупой              | 200               | 2                    | 3         | 16         | 91                                        |
| 451,11                                                | Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным | 90                | 10                   | 12        | 7          | 176                                       |
| 212                                                   | Макаронные изделия отварные                    | 150/3             | 6                    | 3         | 37         | 200                                       |
| 631,08                                                | Компот из свежих яблок                         | 200               |                      |           | 16         | 67                                        |
| 70,26                                                 | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 30                | 2                    |           | 15         | 68                                        |
| 71,41                                                 | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                        |
| <b>Итого за Обед</b>                                  |                                                | <b>753</b>        | <b>22</b>            | <b>21</b> | <b>104</b> | <b>688</b>                                |
| <b>Итого за день</b>                                  |                                                | <b>136,98руб.</b> | <b>39</b>            | <b>35</b> | <b>183</b> | <b>1204</b>                               |

Калькулятор  
Повар





Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 18 октября 2023г

2 смена  
ОВЗ 1-4 классы

День: среда  
Неделя: 1

| №<br>реп.                                             | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|-------------------------------------------|
|                                                       |                                                |                   | Б                    | Ж         | У          |                                           |
| 1                                                     | 2                                              | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                         |
| <b>Дополнительное наполнение рациона на 30,00руб.</b> |                                                |                   |                      |           |            |                                           |
| 67,15                                                 | Яблоко                                         | 220               | 1                    | 1         | 22         | 103                                       |
| <b>Обед на 72,54руб.</b>                              |                                                |                   |                      |           |            |                                           |
| 34                                                    | Салат "Здоровье"                               | 60                | 1                    | 3         | 5          | 50                                        |
| 61                                                    | Суп картофельный с рисовой крупой              | 200               | 2                    | 3         | 16         | 91                                        |
| 451,11                                                | Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным | 90                | 10                   | 12        | 7          | 176                                       |
| 212                                                   | Макаронные изделия отварные                    | 150/3             | 6                    | 3         | 37         | 200                                       |
| 631,08                                                | Компот из свежих яблок                         | 200               |                      |           | 16         | 67                                        |
| 70,26                                                 | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 30                | 2                    |           | 15         | 68                                        |
| 71,41                                                 | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                        |
| <b>Итого за Обед</b>                                  |                                                | <b>753</b>        | <b>22</b>            | <b>21</b> | <b>104</b> | <b>688</b>                                |
| <b>Полдник на 64,44руб.</b>                           |                                                |                   |                      |           |            |                                           |
| 21                                                    | Салат Витаминный                               | 60                | 1                    | 3         | 7          | 62                                        |
| 374,01                                                | Рыба тушеная в томате с овощами                | 100               | 10                   | 6         | 5          | 112                                       |
| 520,1                                                 | Картофельное пюре                              | 150               | 3                    | 5         | 26         | 160                                       |
| 2,24                                                  | Кисель с витаминами                            | 200               |                      |           | 18         | 78                                        |
| 70,26                                                 | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 30                | 2                    |           | 15         | 68                                        |
| 71,41                                                 | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                        |
| <b>Итого за Полдник</b>                               |                                                | <b>560</b>        | <b>17</b>            | <b>14</b> | <b>79</b>  | <b>516</b>                                |
| <b>Итого за день</b>                                  |                                                | <b>136,98руб.</b> | <b>39</b>            | <b>35</b> | <b>183</b> | <b>1204</b>                               |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_



Директор

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминова Т.М.



**МЕНЮ**  
на 18 октября 2023г

5-11 классы  
ММС, ТЖС, СВО

День: среда  
Неделя: 1

| №<br>рец.                                        | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------------|
|                                                  |                                                |                 | Б                    | Ж         | У          |                                      |
| 1                                                | 2                                              | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                                    |
| <b>1 смена Завтрак на 73,20руб. (род.взносы)</b> |                                                |                 |                      |           |            |                                      |
| 21,1                                             | Салат Витаминный                               | 100             | 2                    | 5         | 12         | 103                                  |
| 374,01                                           | Рыба тушеная в томате с овощами                | 100             | 10                   | 6         | 5          | 112                                  |
| 520                                              | Картофельное пюре                              | 180             | 4                    | 6         | 32         | 191                                  |
| 2,24                                             | Кисель с витаминами                            | 200             |                      |           | 18         | 78                                   |
| 70,29                                            | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 40              | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,41                                            | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20              | 1                    |           | 8          | 36                                   |
| <b>Итого за Завтрак</b>                          |                                                | <b>640</b>      | <b>20</b>            | <b>17</b> | <b>95</b>  | <b>610</b>                           |
| <b>2 смена Обед на 84,45руб.</b>                 |                                                |                 |                      |           |            |                                      |
| 21,07                                            | Салат "Здоровье"                               | 100             | 2                    | 5         | 9          | 83                                   |
| 61,02                                            | Суп картофельный с рисовой крупой              | 250             | 2                    | 3         | 20         | 113                                  |
| 451,2                                            | Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным | 100             | 11                   | 14        | 8          | 202                                  |
| 332                                              | Макаронные изделия отварные                    | 180/3           | 7                    | 3         | 44         | 235                                  |
| 631,08                                           | Компот из свежих яблок                         | 200             |                      |           | 16         | 67                                   |
| 70,29                                            | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 40              | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,31                                            | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 30              | 2                    |           | 12         | 54                                   |
| <b>Итого за Обед</b>                             |                                                | <b>903</b>      | <b>27</b>            | <b>25</b> | <b>129</b> | <b>844</b>                           |

Калькулятор  
Повар

*[Signature]*





Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминаева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 18 октября 2023г

1 смена  
ОВЗ 5-11 классы

День: среда  
Неделя: 1

| №<br>реп.                   | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------------|
|                             |                                                |                   | Б                    | Ж         | У          |                                      |
| 1                           | 2                                              | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                    |
| <b>Завтрак на 73,20руб.</b> |                                                |                   |                      |           |            |                                      |
| 21,1                        | Салат Витаминный                               | 100               | 2                    | 5         | 12         | 103                                  |
| 374,01                      | Рыба тушеная в томате с овощами                | 100               | 10                   | 6         | 5          | 112                                  |
| 520                         | Картофельное пюре                              | 180               | 4                    | 6         | 32         | 191                                  |
| 2,24                        | Кисель с витаминами                            | 200               |                      |           | 18         | 78                                   |
| 70,29                       | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,41                       | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                   |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                                | <b>640</b>        | <b>20</b>            | <b>17</b> | <b>95</b>  | <b>610</b>                           |
| <b>Обед на 84,45руб.</b>    |                                                |                   |                      |           |            |                                      |
| 21,07                       | Салат "Здоровье"                               | 100               | 2                    | 5         | 9          | 83                                   |
| 61,02                       | Суп картофельный с рисовой крупой              | 250               | 2                    | 3         | 20         | 113                                  |
| 451,2                       | Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным | 100               | 11                   | 14        | 8          | 202                                  |
| 332                         | Макаронные изделия отварные                    | 180/3             | 7                    | 3         | 44         | 235                                  |
| 631,08                      | Компот из свежих яблок                         | 200               |                      |           | 16         | 67                                   |
| 70,29                       | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,31                       | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                   |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                | <b>903</b>        | <b>27</b>            | <b>25</b> | <b>129</b> | <b>844</b>                           |
| <b>Итого за день</b>        |                                                | <b>157,65руб.</b> | <b>47</b>            | <b>42</b> | <b>224</b> | <b>1454</b>                          |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминаева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 18 октября 2023г

2 смена  
ОВЗ 5-11 классы

День: среда  
Неделя: 1

| №<br>реп.                   | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------------|
|                             |                                                |                   | Б                    | Ж         | У          |                                      |
| 1                           | 2                                              | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                    |
| <b>Обед на 84,45руб.</b>    |                                                |                   |                      |           |            |                                      |
| 21,07                       | Салат "Здоровье"                               | 100               | 2                    | 5         | 9          | 83                                   |
| 61,02                       | Суп картофельный с рисовой крупой              | 250               | 2                    | 3         | 20         | 113                                  |
| 451,2                       | Котлеты рубленые из говядины с соусом томатным | 100               | 11                   | 14        | 8          | 202                                  |
| 332                         | Макаронные изделия отварные                    | 180/3             | 7                    | 3         | 44         | 235                                  |
| 631,08                      | Компот из свежих яблок                         | 200               |                      |           | 16         | 67                                   |
| 70,29                       | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,31                       | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                   |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                | <b>903</b>        | <b>27</b>            | <b>25</b> | <b>129</b> | <b>844</b>                           |
| <b>Полдник на 73,20руб.</b> |                                                |                   |                      |           |            |                                      |
| 21,1                        | Салат Витаминный                               | 100               | 2                    | 5         | 12         | 103                                  |
| 374,01                      | Рыба тушеная в томате с овощами                | 100               | 10                   | 6         | 5          | 112                                  |
| 520                         | Картофельное пюре                              | 180               | 4                    | 6         | 32         | 191                                  |
| 2,24                        | Кисель с витаминами                            | 200               |                      |           | 18         | 78                                   |
| 70,29                       | хлеб пшеничный обогащенный йодказеином         | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,41                       | Хлеб ржаной обогащенный йодказеином            | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                   |
| <b>Итого за полдник</b>     |                                                | <b>640</b>        | <b>20</b>            | <b>17</b> | <b>95</b>  | <b>610</b>                           |
| <b>Итого за день</b>        |                                                | <b>157,65руб.</b> | <b>47</b>            | <b>42</b> | <b>224</b> | <b>1454</b>                          |

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_