





Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.




Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ № 1

Меню для питания учащихся 1-4 классов (завтраки), 7-12 лет  
на 11 - 14 марта 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
11/03	Каша молочная пшённая (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	260	220/10	40,00	5,6 / 13,6 / 49,0	224
	Булка "Выборгская" с повидлом яблочным, с посыпкой	564	70	32,00	4,5 / 7,8 / 36,2	233
	Какао "Золотой ярлык" с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	496	200	28,00	3,4 / 2,7 / 17,0	79
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>500</b>	<b>100,00</b>	<b>13,5 / 24,1 / 102,2</b>	<b>536</b>
12/03	Салат из свеклы с маслом растительным	50	40	6,00	1,5 / 5,5 / 8,4	89
	Биточек куриный	412	70	52,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Макаронны отварные	291	150	21,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Компот из сухофруктов	508	200	17,00	0,5 / 0,0 / 27,0	96
	Хлеб пшеничный	110	40	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>500</b>	<b>100,00</b>	<b>21,5 / 21,2 / 86,4</b>	<b>579</b>
13/03	Тефтели мясные тушёные с соусом красным основным	392	60/50	55,00	11,0 / 11,7 / 7,8	180
	Каша рисовая рассыпчатая	414	150	21,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Компот из яблок свежих	508	200	18,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
	Хлеб пшеничный	110	40	6,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>500</b>	<b>100,00</b>	<b>18,0 / 19,5 / 73,7</b>	<b>513</b>
14/03	Сосиска для завтрака отварная	395	1/50	18,00	10,4 / 20,9 / 0,0	230
	Макаронны отварные, с сыром тёртым "Российский" (45%), с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	295	150/15/15	38,00	12,1 / 10,1 / 34,0	275
	Булка "Плюшка" с сахаром, с маком	564	70	27,00	4,5 / 7,8 / 36,2	233
	Чай с сахаром, с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	495	200	17,00	1,5 / 1,3 / 15,9	81
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>500</b>	<b>100,00</b>	<b>28,5 / 40,1 / 86,1</b>	<b>819</b>
	<b>Всего:</b>		<b>2000</b>	<b>400,00</b>	<b>81,5 / 104,9 / 348,4</b>	<b>2447</b>

Директор:   
Калькулятор: 

Зав. производством:   
Медработник: 

Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.

Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ № 3

Меню для абонементного питания за счет родительских взносов (завтраки)  
на 11 - 14 марта 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Угл еводы	К/калории
11/03	Котлета куриная с соусом красным основным	412	70/50	50,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Макароны отварные	291	150	21,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Булка "Листик" со сгущённым варёным молоком	564	60	18,00	4,5 / 7,8 / 36,2	233
	Чай с сахаром	507	200	10,00	0,5 / 0,2 / 23,1	96
	Хлеб пшеничный	110	30	1,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>560</b>	<b>100,00</b>	<b>24,5 / 23,7 / 110,3</b>	<b>723</b>
12/03	Тефтели "Ежики" с соусом красным основным	390	60/50	46,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Пюре картофельное	429	120	19,00	2,1 / 4,4 / 10,9	169
	Пицца классическая	549	60	21,00	10,2 / 10,8 / 30,2	259
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>520</b>	<b>100,00</b>	<b>26,1 / 26,9 / 81,1</b>	<b>718</b>
13/03	Биточек куриный с соусом красным основным	412	70/50	50,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Макароны отварные	291	100	13,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Блины с повидлом яблочным	530	2/50/20	23,00	12,1 / 12,4 / 57,2	389
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>570</b>	<b>100,00</b>	<b>31,7 / 28,1 / 123,2</b>	<b>843</b>
14/03	Биточек "По - Печорски" с соусом красным основным	406	60/50	51,00	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Каша рисовая рассыпчатая	414	100	14,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Булка "Плюшка" с сахаром, с маком	574	60	21,00	4,8 / 0,8 / 33,5	171
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	40	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>510</b>	<b>100,00</b>	<b>29,2 / 26,1 / 101,7</b>	<b>634</b>
<b>Всего:</b>			<b>2160</b>	<b>400,00</b>	<b>111,5 / 104,8 / 416,3</b>	<b>2918</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:

### МЕНЮ

для питания детей-сирот  
 ГУ РК "Детский дом № 17" г. Печоры  
 на 11 - 14 марта 2024 года  
 Утверждаю директор школы:



Дата	Наименование блюд	К/калории	Выход	Цена
11/03	Хачапури с сыром твёрдым "Российский" (45%)	228	80	33,00
	Компот из сухофруктов	96	200	17,00
		<b>324</b>		<b>50,00</b>
12/03	Булка "Листик" со сгущённым варёным молоком	233	100	30,00
	Компот из ягод брусники свежемороженой	96	200	20,00
		<b>329</b>		<b>50,00</b>
13/03	Пицца "Классическая"	259	80	32,00
	Компот из яблок свежих	96	200	18,00
		<b>355</b>		<b>50,00</b>
14/03	Сосиска запечённая в тесте	264	50/50	32,00
	Компот из ягод свежемороженных "Ассорти"	96	200	18,00
		<b>360</b>		<b>50,00</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1368</b>		<b>200,00</b>

Директор:

Зав.производством:

Калькулятор:

Медработник:

Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.

Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ № 3

**МЕНЮ**  
для питания учащихся ОВЗ  
11 - 14 марта 2024 года.

Дата		Наименование блюд	К/калории	Выход	Цена
11/03	завтрак	Каша молочная пшённая (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	224	220/10	40,00
		Булка "Выборгская" с повидлом яблочным, с посыпкой	233	70	32,00
		Какао "Золотой ярлык" с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	79	200	28,00
			<b>536</b>		<b>100,00</b>
	обед	Суп гороховый с гречками	86	200/10	17,00
		Биточек куриный с соусом красным основным	132	60/50	43,00
Макаронь отварные		202	120	15,00	
Чай с сахаром		60	200	10,00	
Хлеб пшеничный		60	30	4,00	
		<b>540</b>		<b>89,00</b>	
<b>Итого: 189,00</b>			<b>1076</b>		<b>189,00</b>
12/03	завтрак	Салат из свеклы с маслом растительным	89	40	6,00
		Биточек куриный	132	70	52,00
		Макаронь отварные	202	150	21,00
		Компот из сухофруктов	96	200	17,00
		Хлеб пшеничный	60	40	4,00
			<b>579</b>		<b>100,00</b>
обед	Суп картофельный с вермишелью	109	200	14,00	
	Котлета куриная с соусом красным основным	132	60/50	43,00	
	Каша рисовая рассыпчатая	163	130	18,00	
	Чай с сахаром	60	200	10,00	
	Хлеб пшеничный	60	30	4,00	
		<b>524</b>		<b>89,00</b>	
<b>Итого: 189,00</b>			<b>1103</b>		<b>189,00</b>
13/03	завтрак	Огурец свежий крупным куском	64	40	14,00
		Фрикадельки мясные тушёные в соусе красном основном	180	2/30/50	41,00
		Каша рисовая рассыпчатая	163	150	21,00
		Компот из яблок свежих	110	200	18,00
		Хлеб пшеничный	60	40	6,00
			<b>577</b>		<b>100,00</b>
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	135	200	18,00	
	Тефтели "Ёжики" с соусом красным основным	170	60/50	46,00	
	Макаронь отварные	202	100	13,00	
	Чай с сахаром	60	200	10,00	
	Хлеб пшеничный	60	30	2,00	
		<b>627</b>		<b>89,00</b>	
<b>Итого: 189,00</b>			<b>1204</b>		<b>189,00</b>
		<b>Всего:</b>	<b>3383</b>		<b>567,00</b>

Директор:

Зав. производством:

Калькулятор:

Медработник:

Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №3



**МЕНЮ**  
для питания учащихся ОВЗ  
11 - 14 марта 2024 года.

Дата	Наименование блюд	К/калории	Выход	Цена	
14/03	Сосиска для завтрака отварная	230	1/50	18,00	
	Макаронны отварные, с сыром тёртым "Российский" (45%), с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%)	275	150/15/15	38,00	
	Булка "Плюшка" с сахаром, с маком	233	70	27,00	
	Чай с сахаром, с молоком ультрапастеризованным (3,2%)	81	200	17,00	
		<b>819</b>		<b>100,00</b>	
	обед	Суп картофельный, с пшеном "В охотку"	97	200	18,00
		Колбаса куриная отварная с соусом красным основным	230	70/50	44,00
		Пюре картофельное	169	100	14,00
		Чай с сахаром	60	200	10,00
		Хлеб пшеничный	60	30	3,00
	<b>616</b>		<b>89,00</b>		
	<b>Итого: 189,00</b>	<b>1435</b>		<b>189,00</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1435</b>		<b>189,00</b>	

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Барош Н.И.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ №3

**Индивидуальное меню для детей 3 "А" класса,  
нуждающихся в лечебном питании  
на 11 - 14 марта 2024 года.**

Сахарный диабет  
\* Исключить сахар, рис

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
11/03	Каша пшеничная молочная (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) (без сахара)	260	210/15	40,00	5,6 / 13,6 / 49,0	224
	Бутерброд горячий с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%), с сыром твёрдым "Российский" (45%)	94	25/10/40	55,00	1,2 / 12,5 / 7,5	147
	Чай без сахара	493	200	5,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>500</b>	<b>100,00</b>	<b>6,9 / 26,1 / 71,5</b>	<b>431</b>
12/03	Салат из свеклы с маслом растительным	50	20	4,00	1,5 / 5,5 / 8,4	89
	Тефтели куриные тушённые в соусе красном основном	410	60/50	46,00	10,7 / 9,3 / 5,7	149
	Пюре картофельное	429	150	24,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Компот из ягод брусники свежемороженой (без сахара)	507	200	20,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
	Хлеб пшеничный	110	40	6,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>520</b>	<b>100,00</b>	<b>18,2 / 20,3 / 69,7</b>	<b>577</b>
13/03	Огурец свежий крупным куском	19	20	4,00	0,9 / 5,1 / 3,6	64
	Бедро куриное тушёное в соусе красном основном	404	90/50	54,00	16,5 / 11,4 / 0,4	170
	Макароны отварные	291	150	21,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Компот из яблок свежих (без сахара)	508	200	15,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
	Хлеб пшеничный	110	40	6,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>550</b>	<b>100,00</b>	<b>26,9 / 24,7 / 75,5</b>	<b>606</b>
14/03	Салат из свежей капусты с маслом растительным	1	30	6,00	2,1 / 10,1 / 9,3	136
	Биточек куриный с соусом красным основным	412	70/50	50,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Пюре картофельное	429	150	24,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Компот из сухофруктов (без сахара)	508	200	15,00	0,5 / 0,0 / 27,0	96
	Хлеб пшеничный	110	40	5,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>540</b>	<b>100,00</b>	<b>18,6 / 23,1 / 71,4</b>	<b>593</b>
	<b>Всего:</b>		<b>2110</b>	<b>400,00</b>	<b>70,6 94,2 288,1</b>	<b>2207</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ № 3

Меню для питания учащихся из семей, признанных малоимущими  
на 11 - 14 марта 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
11/03	Суп гороховый с гречками	144	200/10	17,00	1,8 / 3,4 / 12,1	86
	Биточек куриный с соусом красным основным	412	60/50	43,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Макароны отварные	291	120	15,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>670</b>	<b>89,00</b>	<b>21,4 / 19,1 / 78,1</b>	<b>540</b>
12/03	Суп картофельный с вермишелью	158	200	14,00	10,3 / 11,1 / 18,6	109
	Котлета куриная с соусом красным основным	412	60/50	43,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Каша рисовая рассыпчатая	414	130	18,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>670</b>	<b>89,00</b>	<b>27,4 / 26,4 / 79,0</b>	<b>524</b>
13/03	Щи из свежей капусты с картофелем	142	200	18,00	1,4 / 4,0 / 6,2	135
	Тефтели "Ежики" с соусом красным основным	390	60/50	46,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Макароны отварные	291	100	13,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	2,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>640</b>	<b>89,00</b>	<b>20,8 / 22,9 / 73,7</b>	<b>627</b>
14/03	Суп картофельный, с пшеном "В охотку"	155	200	18,00	1,6 / 4,2 / 13,0	97
	Колбаса куриная отварная с соусом красным основным	395	70/50	44,00	10,4 / 20,9 / 0,0	230
	Пюре картофельное	429	100	14,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
	<b>Суммарный объем блюд</b>		<b>650</b>	<b>89,00</b>	<b>17,6 / 30,6 / 56,6</b>	<b>616</b>
	<b>Всего:</b>		<b>2630</b>	<b>356,00</b>	<b>87,2 99,0 287,4</b>	<b>2307</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник:



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартош Н.И.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ № 3

Меню для питания учащихся из семей мобилизованных  
на 11 - 14 марта 2024 года.

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
11/03	Суп гороховый с гречками	144	200/10	17,00	1,8 / 3,4 / 12,1	86
	Биточек куриный с соусом красным основным	412	60/50	43,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Макароны отварные	291	120	15,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
Суммарный объем блюд			670	89,00	21,4 / 19,1 / 78,1	540
12/03	Суп картофельный с вермишелью	158	200	14,00	10,3 / 11,1 / 18,6	109
	Котлета куриная с соусом красным основным	412	60/50	43,00	10,5 / 7,5 / 6,5	132
	Каша рисовая рассыпчатая	414	130	18,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	4,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
Суммарный объем блюд			670	89,00	27,4 / 26,4 / 79,0	524
13/03	Щи из свежей капусты с картофелем	142	200	18,00	1,4 / 4,0 / 6,2	135
	Тефтели "Ежики" с соусом красным основным	390	60/50	46,00	10,3 / 10,7 / 8,0	170
	Макароны отварные	291	100	13,00	5,6 / 7,2 / 27,5	202
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	2,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
Суммарный объем блюд			640	89,00	20,8 / 22,9 / 73,7	627
14/03	Суп картофельный, с пшеном "В охотку"	155	200	18,00	1,6 / 4,2 / 13,0	97
	Колбаса куриная отварная с соусом красным основным	395	70/50	44,00	10,4 / 20,9 / 0,0	230
	Пюре картофельное	429	100	14,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Хлеб пшеничный	110	30	3,00	3,4 / 1,0 / 17,0	60
Суммарный объем блюд			650	89,00	17,6 / 30,6 / 56,6	616
Всего:			2630	356,00	87,2 99,0 287,4	2307

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник: