

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г.А. Новичкова



1-4 классы

ОБЕД 1 неделя 1 день

МЕНЮ

на **10** февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Салат из моркови с яблоками	60	0,64	3,01	5,11	50,91
Сосиски отварные	90	10,8	13,5	0,9	187
Макаронные изделия отварные	150/3	5,68	2,85	31,96	176,1
Компот из сухофруктов (75 С) сахар (20гр)	200	0,66	0,09	32,93	132,8
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	533	19,76	19,81	82,78	606,21

Зав. производством _____

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г.А. Новичкова



5-11 классы

ОБЕД 1 неделя 1 день

МЕНЮ

на 10 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Салат из моркови с яблоками	100	1,06	4,22	8,52	84,85
Сосиска отварная с макаронными изделиями отварными	90/150/3	16,48	16,35	32,86	363,1
Компот из сухофруктов (75 С)	200	0,66	0,09	22,03	92,80
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	598	22,08	21,92	96,11	658,9

Зав. производством _____

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Т. А. Новичкова



Полдник 1 неделя 1 день

МЕНЮ

на 10 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Рассольник Ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	3,51	7,16	12,96	135,95
Компот из свежих яблок с изюмом	200	0,25	0,12	28,87	118,40
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	495	5,74	7,64	53,70	313,75

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

МБОУ «СОШ №5» МО «ЛМР» РТ
Директор
Г.А. Новичкова



1-4 классы

ОБЕД 1 неделя 2 день

МЕНЮ

на 11 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Сырники из творога с кашей молочной «Дружба» с маслом сливочным	60/150/5	13,65	15,29	32,32	330,90
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	545	16,10	16,07	64,01	477,30

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

МБОУ «СОШ №5» МО «ЛМР» РТ
Директор
Г.А. Новичкова



5-11 классы

ОБЕД 1 неделя 2 день

МЕНЮ

на 11 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Сырники из творога с кашей молочной «Дружба» с маслом сливочным	60/180/3	15,70	16,83	41,19	376,80
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	573	18,15	17,61	72,88	523,20

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ

Г.А. Новичкова



Handwritten signature in blue ink.

Полдник 1 неделя 2 день

МЕНЮ

на 11 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/10	5,65	6,10	11,62	132,55
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	10,78	48,20
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	490	8,31	6,74	34,28	240,15

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г.А. Новичкова



1-4 классы

ОБЕД 1 неделя 3 день

МЕНЮ

на 12 февраля 2025 года

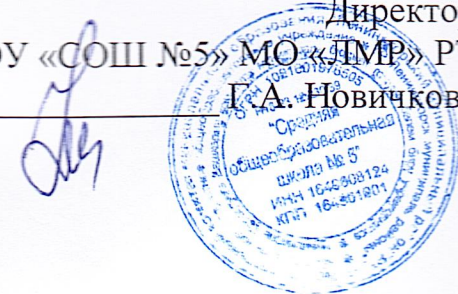
Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порционнo	10	2,63	2,66	0,00	34,33
Гуляш из куриной грудки	50/50	9,94	13,83	9,9	170,39
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,77	2,29	39,72	214,00
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Итого	510	19,75	19,4	79,57	559,04

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г.А. Новичкова



5-11 классы

ОБЕД 1 неделя 3 день

МЕНЮ

на 12 февраля 2025 года

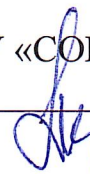
Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порционнo	10	2,63	2,66	0,00	34,33
Гуляш из куриной грудки	50/50	9,94	13,83	9,9	170,39
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,77	2,29	39,72	214,00
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	550	21,37	20,9	93,39	629,04

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Директор
Г.А. Новичкова



Полдник 1 неделя 3 день

МЕНЮ

на 12 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	3,93	6,84	11,19	131,46
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40
Хлеб ржаной	250/10/5	30	1,98	0,36	11,88
Итого	495	5,98	7,22	33,07	230,86

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г.А. Новичкова



1-4 классы

ОБЕД 1 неделя 4 день

МЕНЮ

на 13 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Свекла отварная дольками	50	1,08	0,06	5,88	28,80
Котлета из мяса птицы	90	10,20	12,93	13,79	198,00
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3	3,08	6,25	20,47	150,45
Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,98	44,70
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	573	19,39	20,02	81,72	571,65

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г.А. Новичкова



5-11 классы

ОБЕД 1 неделя 4 день

МЕНЮ

на 13 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Свекла отварная дольками	100	1,08	0,10	9,80	48,00
Котлета из мяса птицы	90	10,20	12,93	13,79	198,00
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3	3,08	6,25	20,47	150,45
Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10	0,11	0,06	10,98	44,70
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	603	18,69	19,26	76,76	547,55

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г.А. Новичкова



Полдник 1 неделя 4 день

МЕНЮ

на 13 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Суп крестьянский с крупой (пшено) с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	2,98	6,99	7,07	104,95
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40,00
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	495	5,03	7,37	28,95	204,35

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛМР» РТ
Г.А. Новичкова



1-4 классы

ОБЕД 1 неделя 5 день

МЕНЮ

на 14 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порционно	15	3,95	3,99	0,00	51,50
Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,284	11,94	8,36	124,00
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	5,10	3,62	31,96	176,10
Напиток из свежих фруктов (75С)	200	0,34	0,17	21,46	103,50
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75
Итого	545	20,09	20,08	83,92	560,84

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛМР» РТ
Г.А. Новичкова



5-11 классы

ОБЕД 1 неделя 5 день

МЕНЮ

на 14 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,33
Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,28	11,94	8,36	123,99
Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	224,60
Напиток из свежих фруктов (75С)	200	0,34	0,17	21,46	103,50
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Итого	550	18,25	19,27	80,42	565,62

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ДМР» РТ
Г.А. Новичкова



Полдник 1 неделя 5 день

МЕНЮ

на 14 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Харчо с мясом птицы, со сметаной	250/10/5	3,18	7,40	2,10	86,80
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,90
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	495	5,82	7,85	36,01	239,10

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г. А. Новичкова



1-4 классы

ОБЕД 1 неделя 6 день

МЕНЮ

на 15 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Салат из свежей капусты с морковью	80	1,05	2,60	5,17	48,32
Биточки рыбные	90	13,17	10,70	15,79	193,30
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3	3,63	6,50	37,58	223,35
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого	553	19,94	20,18	80,57	565,69

Зав. производством

Полякова А. А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ №5» МО «ЛНР» РТ
Г. А. Новичкова



5-11 классы

ОБЕД 1 неделя 6 день

МЕНЮ

на 15 февраля 2025 года

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Салат из свежей капусты с морковью	100	1,75	4,33	8,62	90,53
Биточки рыбные	90	13,17	10,70	15,79	193,30
Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3	3,63	6,50	37,58	223,35
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,11	0,02	10,15	41,32
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Итого	593	21,96	22,15	91,94	647,50

Зав. производством

Полякова А. А.