

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ
 _____ **Е.Н.Сергеева**

МЕНЮ
День 1-ый
 на «02» июня 2025 год

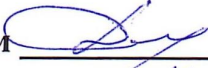
Наименование блюد	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Сырники творожные с молоком сгущенным	60/20	12,78	8,76	18,61	204,40
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150/4	5,69	5,78	38,04	227,40
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	624,00	24,99	25,09	111,33	775,10
2-й ой Завтрак					
Печенье	20	1,73	1,66	8,79	61,63
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	220,00	7,53	6,66	18,39	168,63
Итого за завтрак:	844,00	32,52	31,75	129,72	943,73
Обед					
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/10	3,47	5,46	21,68	88,00
Жаркое по- домашнему с куриной грудкой	50/150	16,83	28,73	41,77	496,00
Нектар плодoвый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,8	99
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	740,00	28,20	35,23	123,39	867,72
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2084,00	60,72	66,98	253,11	1811,45

Заведующий производством _____ /Давлетшина А.Н./
 Начальник пришкольного лагеря _____ /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ
Е.Н.Сергеева

МЕНЮ
День 2-й
на «03» июня 2025 год

Наименование блюд	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/15/1 0	6,28	12,11	15,55	196,10
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	4,05	5,91	48,82	186,73
Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	520,00	2300	28,45	87,74	618,78
2-й ой Завтрак					
Нектар Плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Итого:	180,00	0,90	0,00	18,18	76,32
Итого за завтрак:	700,00	23,90	28,45	105,92	695,10
Обед					
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,06	1,50	8,40
Суп картофельный с крупой на бульоне из индейки	200	1,58	2,47	11,69	68,60
Гуляш из отварной индейки	50/50	13,44	23,88	16,46	346,95
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/2	5,67	2,12	31,95	162,90
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	19,8	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	802,00	28,17	29,54	123,12	872,65
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2002,00	52,07	57,99	229,04	1567,75

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./
Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ
Е.Н.Сергеева

МЕНЮ
День 3-ий
на «04» июня 2025 год

Наименование блюд	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	6,82	5,63	45,62	261,00
Блины с маслом сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	623,00	14,56	20,48	111,57	692,31
2-й ой Завтрак					
Крекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	220,00	7,64	7,82	22,24	190,20
Итого за завтрак:	843,00	22,20	28,30	133,81	882,51
Обед					
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,06	1,50	8,40
Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	4,07	6,86	10,03	123,57
Рыба тушеная с овощами	80/40	14,03	14,62	19,04	250,33
Пюре картофельное с капустой тушеной (дополнительный гарнир)	150/30	3,68	5,91	32,81	213,35
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	871,00	29,27	28,94	123,62	876,85
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2214,00	51,47	57,25	257,43	1759,36

УТВЕРЖДАЮ

/Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 4-ий

на «05» июня 2025 год

Наименование блюд	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	150/3	4,46	2,18	32,43	145,05
Запеканка из творога с повидлом	75/30	13,11	11,55	31,86	280,50
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	543,00	29,27	29,39	101,23	760,85
2-й ой Завтрак					
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого за завтрак:	743,00	35,07	34,39	110,83	867,85
Обед					
Томаты свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40
Суп – лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	200/10	4,39	6,29	9,33	118,80
Овощи тушеные с говяжьим фаршем	50/150	15,88	21,63	53,88	457,45
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	740,00	28,17	28,96	123,15	859,97
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	1983,00	63,24	63,35	233,98	1727,82

Заведующий производством Давлтешина А.Н.

Начальник пришкольного лагеря Копанева Л.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 5-ый

на «07» июня 2025 год

Наименование блюд	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	150/4	7,60	5,63	38,75	230,69
Омлет натуральный	75	6,97	12,41	1,32	144,83
Чай с сахаром с молоком	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	619,00	21,09	28,59	94,76	718,81
2-й ой Завтрак					
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Итого:	180,00	0,90	0,00	18,18	76,00
Итого за завтрак:	799,00	21,99	28,59	112,94	795,13
Обед					
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60,00	0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	4,07	7,55	13,58	112,77
Биточки рыбные из минтая	90	11,63	11,88	14,26	207,43
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	804,00	28,72	29,80	132,11	859,54
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2103,00	50,71	58,38	245,05	1654,67

Заведующий производством Давлетшина А.Н.

Начальник пришкольного лагеря Копанева Л.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ
День 6-й
на «09» июня 2025 год

Наименование блюд	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/4	5,20	5,57	35,09	211,40
Блины с маслом сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	594,00	16,63	24,13	98,59	678,65
2-й ой Завтрак					
Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	102,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	8,40	102,00
Итого за завтрак:	794,00	22,43	29,13	106,94	780,65
Обед					
Томаты свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40
Суп из овощей на курином бульоне, со сметаной	200/10	4,05	8,03	15,61	152,40
Плов из отварных куриных грудок	250	18,78	22,40	54,98	493,33
Нектар фруктовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	790,00	30,73	31,47	130,53	929,45
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2084,00	53,16	60,60	237,52	1710,10

Заведующий производством Давлетшина А.Н.

Начальник пришкольного лагеря Копанева Л.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

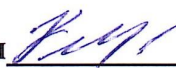
МЕНЮ

День 8-ой

на «11» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/3	7,18	5,07	23,69	161,69
Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	293,00	21,76	22,97	72,73	580,25
2-й ой Завтрак					
Нектар плодовый (разливной)	200	1,00	0,00	20,20	85,00
Итого:	200,00	1,00	0,00	20,20	85,00
Итого за завтрак:	793,00	22,76	22,97	92,93	665,05
Обед					
Салат из зеленого горошка к/с	60	1,79	3,11	3,75	50,16
Суп крестьянский с пшенной крупой	200	3,58	10,34	4,87	125,00
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/150	16,35	14,92	57,10	435,50
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	750	28,22	29,41	123,30	878,26
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2043,00	50,97	52,37	216,23	1543,31

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 9-ый

на «13» июня 2025 год

Наименование блюдов	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3	5,19	5,15	36,24	212,66
Блины с маслом сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого:	538,00	18,98	25,07	102,62	712,51
2-й ой Завтрак					
Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	8,00	100,00
Итого за завтрак:	738,00	24,78	30,07	110,62	812,51
Обед					
Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68
Борщ из свежей капусты на курином бульоне, с мясом птицы, со сметаной	200/10/10	5,10	13,20	19,14	201,40
Биточки рыбные	90	11,63	11,88	14,26	207,43
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70
Нектар фруктовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	820,00	28,49	35,37	122,54	898,53
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
Всего:	2058,00	53,27	65,44	233,16	1711,04

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 10-ый

на «14» июня 2025 год

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150/3	5,33	5,37	33,54	204,09
Пудинг из творога с повидлом	75/30	11,49	10,58	39,26	298,50
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	648,00	25,96	29,23	123,13	860,79
2-й ой Завтрак					
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого за завтрак:	848,00	31,76	34,23	132,73	967,79
Обед					
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40
Рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	200/10	1,87	11,57	16,94	182,00
Бефстроганов из отварной говядины	50/50	14,44	12,25	3,78	181,00
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,70	4,30	31,99	189,30
Компот из изюма и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	815,00	29,18	29,18	125,54	883,90
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2163,00	60,94	63,40	258,27	1851,69

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

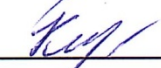
Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ
Е.Н.Сергеева

МЕНЮ
День 11-ый
на «16» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	150/3	6,14	4,90	38,73	224,09
Омлет натуральный	75	6,97	12,41	1,32	144,83
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	513,00	22,01	30,39	81,08	686,27
2-й ой Завтрак					
Нектар фруктовый (разливной)	200	1,00	0,00	20,20	85,0
Итого:	200,00	1,00	0,00	20,20	85,0
Итого за завтрак:	713,00	23,01	30,39	101,28	771,07
Обед					
Кукуруза к/с (дополнительный гарнир)	60	1,23	1,75	5,87	44,16
Щи из свежей капусты с картофелем, с куриным фрикадельками, со сметаной	200/11/10	3,17	6,91	7,56	110,66
Шницель куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63
Рис отварной с маслом сливочным	150/3	3,67	7,55	36,72	229,46
Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	814,00	28,18	29,64	122,53	860,11
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2027,00	51,20	60,03	223,81	1631,18

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

/Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 12-ый

на «17» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша геркулесовая молочная	150/3	5,90	6,37	33,96	216,94
Блины с маслом сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	593,00	16,43	23,80	95,82	666,19
2-й ой Завтрак					
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого за завтрак:	793,00	22,23	28,80	105,42	773,19
Обед					
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,50	8,40
Суп картофельный с клёцками, с мясными фрикадельками	200/11	5,04	15,96	15,12	206,97
Тефтели из говядины (без риса) в томатном соусе	80/40	10,05	9,78	10,31	169,36
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	2,30	39,73	214,00
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	811,00	34,58	29,02	124,32	868,05
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2104,00	53,81	57,82	229,74	1641,24

Заведующий производством Д.П. /Давлетшина А.Н./Начальник пришкольного лагеря К.П. /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

/Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 13-ый

на «18» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Суп молочный с вермишелью	200	4,38	3,80	14,36	120,00
Сырники творожные с молоком сгущенным	120/20	23,92	21,47	25,23	390,40
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	610,00	34,33	35,33	82,53	797,30
2-й ой Завтрак					
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого за завтрак:	810,00	40,13	40,33	92,13	904,30
Обед					
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40
Суп картофельный с горохом на курином бульоне, с мясом птицы	200/10	6,73	12,07	30,26	244,80
Рыба, запеченная с луком	80/10	11,25	10,78	4,02	158,28
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,53	164,70
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	830,00	29,32	29,75	122,60	867,98
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2140,00	69,46	70,08	214,73	1772,28

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

/Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 14-ый

на «19» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белк и	Жиры	Углевод ы	Энергетическ ая ценность
Завтрак					
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150/3	3,61	4,66	30,95	180,51
Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	608,00	23,04	27,68	81,63	668,96
2-й ой Завтрак					
Нектар плодовой (разливной)	200	1,00	0,00	20,20	85,00
Итого:	200,00	1,00	0,00	20,20	85,00
Итого за завтрак:	808,00	24,04	27,68	101,83	753,76
Обед					
Салат из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34
Рассольник Домашний с куриными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	6,49	10,43	27,39	244,46
Котлеты «Аппетитные»	90	8,71	11,14	5,71	128,35
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06
Компот из изюма	200	0,34	0,08	17,87	74,20
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	814	28,22	29,03	124,68	860,41
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2122,00	52,26	56,71	226,51	1614,17

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 15-ый

на «20» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150/3	2,99	11,75	17,82	188,94
Сырники творожные с молоком сгущенным	60/20	12,71	10,76	18,30	221,20
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	503,00	20,65	31,59	77,14	676,00
2-й ой Завтрак					
Печенье	30	2,59	2,49	13,18	92,45
Ряженка	200,00	5,80	5,00	8,40	102,00
Итого:	230,00	8,39	7,49	21,58	194,45
Итого за завтрак:	733,00	29,04	39,08	98,72	870,45
Обед					
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,06	1,50	8,40
Суп-лапша домашняя с картофелем на курином бульоне	200	2,05	4,43	11,30	98,60
Фрикасе из отварных куриных грудок	50/50	14,82	18,50	15,50	273,80
Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	780,00	28,24	29,29	122,64	859,82
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2013,00	57,29	68,37	221,36	1730,27

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 16-ый

на «21» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша кукурузная молочная	150/3	5,42	4,93	43,35	239,80
Блины с маслом сливочным	45/5	2,43	5,28	13,17	109,05
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	593,00	15,94	22,36	105,21	689,05
2-й ой Завтрак					
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого за завтрак:	793,00	21,74	27,36	114,81	796,05
Обед					
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком к/с	60	0,99	2,47	43,38	43,74
Щи из свежей капусты, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	5,97	7,64	16,76	179,57
Биточки рыбные из минтая с маслом сливочным	90/5	11,67	15,50	14,31	240,43
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	816,00	28,19	31,49	123,25	908,59
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2109,00	49,93	58,85	238,06	1704,64

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

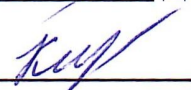
МЕНЮ

День 17-ый

на «23» июня 2025 год

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	150/3	6,14	4,90	38,73	224,09
Омлет натуральный	75	6,97	12,41	1,32	144,83
Чай с молоком, с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	513,00	23,07	24,89	75,61	707,31
2-й ой Завтрак					
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Итого:	180,00	0,90	0,00	18,18	76,00
Итого за завтрак:	693,00	23,97	24,89	93,79	783,63
Обед					
Салат из фасоли с кукурузой и солеными огурцами	60	6,55	7,03	16,26	160,10
Суп картофельный на курином бульоне, с мясом птицы	200/10	4,21	4,12	13,53	117,40
Куриная грудка, запеченная с овощами и сыром	120	8,28	3,41	27,00	198,90
Овощное рагу	180	3,11	13,25	15,35	179,00
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	860,00	29,16	28,91	133,66	941,20
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2053,00	53,13	53,80	227,45	1724,83

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

/Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 18-ый

на «24» июня 2025 год

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	150/3	4,46	2,18	32,43	145,05
Пудинг творожный с повидлом	75/30	1,49	10,58	39,26	298,50
Какао с молоком	200	4,08	3,81	7,60	78,60
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	528,00	24,61	25,56	110,26	745,35
2-й ой Завтрак					
Вафли	20	0,75	6,10	12,50	108,50
Кефир	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого:	200,00	5,97	10,60	19,70	198,50
Итого за завтрак:	728,00	30,58	36,16	129,96	943,85
Обед					
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	14,40
Суп картофельный с горохом на мясном бульоне, с гренками	200/10	5,64	4,37	20,84	155,42
Плов из отварной говядины	50/150	17,73	24,39	38,91	405,92
Компот из изюма и яблок	200	0,35	0,08	31,85	130,20
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	760,00	30,71	29,88	133,35	898,94
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	1988,00	62,30	66,04	263,30	1842,79

Заведующий производством Давлетшина А.Н. /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря Копанева Л.П. /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 19-ый

на «25» июня 2025 год

Наименование блюд	масса порции	белк и	жиры	углевод ы	энергетическа я ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3	5,19	5,15	36,24	212,66
Блины с маслом сливочным	45/5	2,30	5,28	13,17	109,05
Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	623,00	12,93	20,00	102,19	643,97
2-й ой Завтрак					
Крекер	20	1,84	2,82	12,64	83,20
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	220,00	7,64	7,82	22,24	190,20
Итого за завтрак:	843,00	20,57	27,82	124,43	834,17
Обед					
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,06	1,50	8,40
Борщ с капустой, с картофелем, с куриными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	3,20	13,96	15,98	189,86
Шницель куриный натуральный	90	13,09	12,24	8,14	194,63
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	2,30	39,73	214,00
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	791,00	32,78	29,48	123,01	876,21
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2134,00	53,35	57,30	247,44	1710,37

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 20-ый

на «26» июня 2025 год

Наименование блюд	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/4	6,45	5,76	23,20	192,87
Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,75
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	594,00	21,03	23,65	72,24	611,82
2-ой завтрак					
Нектар плодовой (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76,00
Итого:	180,00	0,90	0,00	18,18	76,00
Итого за завтрак:	774,00	21,93	23,65	90,42	688,14
Обед					
Огурцы Соленые (дополнительный гарнир)	30	0,24	0,03	0,51	3,00
Суп крестьянский с пшенной крупой с мясными фрикадельками	200/11	3,38	5,22	26,90	172,57
Запеканка картофельная с мясом	200	19,70	24,66	38,19	417,14
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,12	18,10	74,60
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	731,00	29,82	30,95	123,18	860,31
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2005,00	51,75	54,61	213,60	1548,45

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №8» МО» ЛМР» РТ

Е.Н.Сергеева

МЕНЮ

День 21-ый

на «27» июня 2025 год

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак					
Бутерброд с сыром с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/5	8,30	6,87	28,61	237,20
Сырники творожные с молоком сгущенным	60/20	12,71	10,76	18,30	221,20
Чай с сахаром с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	550,0	29,66	30,63	88,08	775,10
2-й ой Завтрак					
Катык	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	200,00	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого за завтрак:	750,0	35,46	35,63	97,68	882,10
Обед					
Салат из свежих овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34
Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне	200	4,09	4,28	12,91	106,60
Гуляш из отварной говядины	50/50	14,50	22,19	4,89	271,00
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06
Компот из изюма	200	0,35	0,08	17,87	74,20
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	803,00	31,81	33,10	127,50	865,20
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО	2053,00	67,27	68,73	225,18	1747,30

Заведующий производством  /Давлетшина А.Н./

Начальник пришкольного лагеря  /Копанева Л.П./