

**Меню**  
**Среда Неделя №1**  
**Меню для организованного питания**

05.03.2025

| 1-Я СМЕНА                                   |         |                                                                                              |       |
|---------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Завтрак 1-я смена (комплекс 1) (5-11 класс) |         |                                                                                              |       |
| 109                                         | 217     | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Геркулес, молоко, сахар, сл.масло) СТ | 27,00 |
|                                             | 75      | Хлеб пшенично-ржаной 30 гр                                                                   | 5,00  |
| 330                                         | 256     | Растегай с повидлом 70 гр (тесто сдобное, повидло, масло раст) СР330                         | 18,00 |
| 459                                         | 60      | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) СТН459                                     | 7,00  |
| Завтрак 1-я смена (комплекс 2) (5-11 класс) |         |                                                                                              |       |
| 108                                         | 175     | Суп картофельный с клёцками 250 гр (бульон, картофель, морковь, лук, р.масло, мука, яйцо) Б  | 26,00 |
| 290/330                                     | 207     | Птица тушеная в сметанном соусе 100 гр (птица, сметана, мука, соль) Мор290,330               | 56,00 |
| 171                                         | 251     | Каша гречневая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171                                     | 24,00 |
| 459                                         | 60      | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) СТН459                                     | 7,00  |
|                                             | 50/97,2 | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                 | 10,00 |
| 1-я смена платники (5-11 класс)             |         |                                                                                              |       |
| 290/330                                     | 207     | Птица тушеная в сметанном соусе 100 гр (птица, сметана, мука, соль) Мор290,330               | 56,00 |
| 171                                         | 251     | Каша гречневая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171                                     | 24,00 |
| 459                                         | 60      | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) СТН459                                     | 7,00  |
|                                             | 50      | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                   | 5,00  |
| 2-Я СМЕНА                                   |         |                                                                                              |       |
| Обед 2-я смена (5-11 класс)                 |         |                                                                                              |       |
| 92                                          | 219     | Борщ с капустой со сметаной 250/5 гр (бульон, свекла, капуста, картофель, морковь, лук, р.ма | 26,00 |
| 307                                         | 145     | Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307                         | 52,00 |
| 420                                         | 16      | Соус томатный 30 гр (т.паста, сл.масло, мука, сахар, соль) ЕСТ420                            | 5,00  |
| 207                                         | 258     | Рис припущенный 180 гр (рис, сл.масло) СТН207                                                | 24,00 |
| 477                                         | 111     | Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мор477                    | 20,00 |
|                                             | 50/ 97  | Хлеб пшенично-ржаной 30 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                 | 10,00 |
| Полдник 2-я смена (5-11 класс)              |         |                                                                                              |       |
| 109                                         | 217     | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Геркулес, молоко, сахар, сл.масло) СТ | 27,00 |
|                                             | 50      | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                   | 5,00  |
| 458                                         | 58      | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой) СТН458                                            | 5,00  |
| 2-я смена платники (5-11 класс)             |         |                                                                                              |       |
| 307                                         | 145     | Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307                         | 52,00 |
| 207                                         | 258     | Рис припущенный 180 гр (рис, сл.масло) СТН207                                                | 24,00 |
| 477                                         | 111     | Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мор477                    | 20,00 |
|                                             | 50      | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                   | 5,00  |

Директор МБОУ "СОШ №7"

Кайгородова С.В.

Директор ООО "Школа"

Новичкова И.А.

Зав. производством

Бережнова Е.В.

В блюдах возможны следы злаков, глютен и продуктов его переработки, молока и молочных продуктов (лактозы), яиц куриных, рыбы.



# **Меню для организованного питания**

Среда Неделя №1

05.03.2025

**1-Я СМЕНА**

**ОВЗ 1СМЕНА**

| № рецепт | Ккал   | м.пор.гр |                                                                                              |
|----------|--------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 109      | 217    | 205      | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Гепкулес, молоко, сахар, сл.масло) СТ |
| 458      | 58     | 200      | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой)                                                   |
|          | 50,000 | 20       | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                   |
| 290/330  | 207    | 100      | Птица тушеная в сметанном соусе 100 гр (птица, сметана, мука, соль) Мор290,330               |
| 171      | 207    | 150      | Каша гречневая рассыпчатая 150 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171                         |
| 459      | 60     | 200      | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон)                                            |
|          | 50     | 60       | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                 |

**ОВЗ 1СМЕНА (5-11 класс)**

|         |         |     |                                                                                                  |
|---------|---------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 290/330 | 207     | 100 | Птица тушеная в сметанном соусе 100 гр (птица, сметана, мука, соль) Мор290,330                   |
| 171     | 251     | 180 | Каша гречневая рассыпчатая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171                             |
| 459     | 60      | 200 | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон)                                                |
|         | 50/97,2 | 60  | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                     |
| 109     | 217     | 205 | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Гепкулес, молоко, сахар, сл.масло) СТН109 |
| 458     | 58      | 200 | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой)                                                       |
|         | 50,000  | 20  | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                       |

**Комплекс Бесплатники с (1-4 класс),**

|         |         |     |                                                                                |
|---------|---------|-----|--------------------------------------------------------------------------------|
| 290/330 | 207     | 100 | Птица тушеная в сметанном соусе 100 гр (птица, сметана, мука, соль) Мор290,330 |
| 171     | 207     | 150 | Каша гречневая рассыпчатая 150 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171           |
| 459     | 60      | 200 | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) 459                          |
|         | 50/97,2 | 60  | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                   |

**ТЖС. МО. СВО. СОЦ.ГОСТИННАЯ. МНОГОДЕТНЫЕ с (5-11 класс)**

|         |         |     |                                                                                |
|---------|---------|-----|--------------------------------------------------------------------------------|
| 290/330 | 207     | 100 | Птица тушеная в сметанном соусе 100 гр (птица, сметана, мука, соль) Мор290,330 |
| 171     | 251     | 180 | Каша гречневая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171                       |
| 686     | 60      | 200 | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) СР686                        |
|         | 75/97,2 | 70  | Хлеб пшенично-ржаной 30 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                   |

**ОВЗ 2-СМЕНА**

|     |         |     |                                                                                                                   |
|-----|---------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 92  | 180     | 204 | 200 Борщ с капустой со сметаной 200/4 гр (бульон, свек, капуста, картофель, морковь, лук, т.паста, р.масло) ЕСТ92 |
| 307 | 145     | 100 | Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307                                              |
| 420 | 16      | 30  | Соус томатный 30 гр (т.паста, сл.масло, мука, сахар, соль) ЕСТ420                                                 |
| 207 | 224     | 150 | Рис припущенный 150 гр (рис, сл.масло) СТН207                                                                     |
| 477 | 11      | 200 | Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мор477                                         |
|     | 50/97,2 | 60  | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                                      |
| 109 | 217     | 205 | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Гепкулес, молоко, сахар, сл.масло) СТН109                  |
| 458 | 58      | 200 | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой)                                                                        |
|     | 50,000  | 20  | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                                        |

**ОВЗ 2-СМЕНА (5-11 класс)**

|     |         |     |                                                                                                                 |
|-----|---------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 92  | 219     | 255 | Борщ с капустой со сметаной 250/5 гр (бульон, свекла, капуста, картофель, морковь, лук, р.масло, т.паста) ЕСТ92 |
| 307 | 145     | 100 | Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307                                            |
| 420 | 16      | 30  | Соус томатный 30 гр (т.паста, сл.масло, мука, сахар, соль) ЕСТ420                                               |
| 207 | 258     | 180 | Рис припущенный 180 гр (рис, сл.масло) СТН207                                                                   |
| 477 | 11      | 200 | Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мор477                                       |
|     | 50/97,2 | 70  | Хлеб пшенично-ржаной 30 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                                    |
| 109 | 217     | 205 | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Гепкулес, молоко, сахар, сл.масло) СТН109                |
| 458 | 58      | 200 | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой)                                                                      |
|     | 50,000  | 20  | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                                      |

**Комплекс Бесплатники с (1-4 класс)**

|     |         |     |                                                                                                                   |
|-----|---------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 92  | 180     | 204 | 200 Борщ с капустой со сметаной 200/4 гр (бульон, свек, капуста, картофель, морковь, лук, т.паста, р.масло) ЕСТ92 |
| 307 | 145     | 100 | Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307                                              |
| 207 | 224     | 150 | Рис припущенный 150 гр (рис, сл.масло) СТН207                                                                     |
| 420 | 16      | 30  | Соус томатный 30 гр (т.паста, сл.масло, мука, сахар, соль) ЕСТ420                                                 |
| 477 | 11      | 200 | Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мор477                                         |
|     | 50/97,2 | 60  | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                                      |

**ТЖС. МО. СВО. СОЦ.ГОСТИННАЯ. МНОГОДЕТНЫЕ с (5-11 класс)**

|     |         |     |                                                                                                                 |
|-----|---------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 92  | 219     | 255 | Борщ с капустой со сметаной 250/5 гр (бульон, свекла, капуста, картофель, морковь, лук, р.масло, т.паста) ЕСТ92 |
| 307 | 145     | 100 | Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307                                            |
| 420 | 16      | 30  | Соус томатный 30 гр (т.паста, сл.масло, мука, сахар, соль) ЕСТ420                                               |
| 207 | 258     | 180 | Рис припущенный 180 гр (рис, сл.масло) СТН207                                                                   |
| 477 | 11      | 200 | Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мор477                                       |
|     | 50/97,2 | 70  | Хлеб пшенично-ржаной 30 гр/Хлеб пшеничный йодированный 40 гр                                                    |

Директор МБОУ "СОШ №7" *Кайгородова С.В.*  
 Директор ООО "Школа" *Новичкова И.А.*  
 Зав. производством *Бережнова Е.В.*

В блюдах возможны следы злаков, глютен и продуктов его переработки, молока и молочных продуктов (лактозы), яиц куриных, рыбы.

# Меню

Среда Неделя №1

05.03.2025

Ассортимент свободного выбора

| № рецепт  | Ккал    | Каша молочная                                                                                |       |
|-----------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 109       | 217     | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Геркулес, молоко, сахар, сл.масло) СТ | 27,00 |
|           | 50      | Хлеб пшенично-ржаной 20 гр                                                                   | 5,00  |
|           | 49      | Хлеб пшеничный йодированный 40гр                                                             | 5,00  |
|           | 56      | Сыр порциями 15 гр                                                                           | 15,00 |
| салаты    | 248     | Овощи отварные (свекла) 100гр С.Т.Н 248                                                      | 10,00 |
|           | 247     | Овощи натуральные соленые 100гр С.Р.247                                                      | 20,00 |
| напитки   | 459     | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон)                                            | 7,00  |
|           | 458     | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой)                                                   | 5,00  |
|           | 477     | Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мог477                    | 20,00 |
|           | 498     | Сок фруктовый 200 гр ЕСТ 498                                                                 | 25,00 |
|           | 50      | Сок "Сады Придонья" 0,2 л                                                                    | 40,00 |
| гарниры   | 207     | Рис припущенный 180 гр (рис, сл.масло) СТН207                                                | 24,00 |
| мясо/рыба | 171     | Каша гречневая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мог171                                     | 24,00 |
|           | 290/330 | Птица тушенная в сметанном соусе 100 гр (птица, сметана, мука, соль) Мог290,330              | 56,00 |
|           | 307     | Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307                         | 52,00 |
| суп       | 92      | Борщ с капустой со сметаной 250/5 гр (бульон, свекла, капуста, картофель, морковь, лук, р.ма | 26,00 |
| выпечка   | 774     | Булочка сдобная с помадкой 55 гр (тесто сдобное, раст.масло, сахарная пудра) СР774           | 15,00 |
|           | 330     | Растегай с повидлом 70 гр (тесто сдобное, повидло, масло раст) СР330                         | 18,00 |
|           | 412     | Пицца школьная 2 100 гр (тесто, птица, сыр, конс.огурец, раст.масло) Мог412                  | 40,00 |
|           | 742     | Кулебяка с картофелем 115 гр (тесто, картофель, лук, раст.масло) СТН335                      | 25,00 |
|           | 34      | Улитка с сыром 70 гр ТТК 34 (тесто сдоб, сыр, масло раст)                                    | 30,00 |
|           | 774     | Булочка с помадкой (витая) 100 гр (сдобное тесто, сахарная пудра, раст.масло) СР774          | 30,00 |
|           |         | Блюда для учителей                                                                           |       |
|           | 45      | Рулет "Курочка ряба" 90 гр ТТК 45 (филе птицы, морковь, рис, лук, сыр, масло раст)           | 65,00 |
|           | 49      | Рыба в кляре 70 гр (рыба, тесто сдобное, раст.масло) ТТК49                                   | 57,00 |
|           |         | Комплексе №1                                                                                 |       |
|           | 109     | Каша молочная овсянная из "Геркулеса" жидкая 200/5 гр (Геркулес, молоко, сахар, сл.масло) СТ | 27,00 |
|           | 458     | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой)                                                   | 5,00  |
|           | 49      | Хлеб пшеничный йодированный 20гр                                                             | 5,00  |
|           |         | Комплексе №2                                                                                 |       |
|           | 92      | Борщ с капустой со сметаной 250/5 гр (бульон, свекла, капуста, картофель, морковь, лук, р.ма | 26,00 |
|           | 458     | Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой)                                                   | 5,00  |
|           | 49      | Хлеб пшеничный йодированный 20гр                                                             | 5,00  |
|           |         | Комплексе №3                                                                                 |       |
|           | 108     | Суп картофельный с клецками 250 гр (бульон, картофель, морковь, лук, р.масло, мука, яйцо) В  | 26,00 |
|           | 742     | Кулебяка с картофелем 115 гр (тесто, картофель, лук, раст.масло) СТН335                      | 25,00 |
|           | 459     | Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон)                                            | 7,00  |

37,00

36,00

58,00

Директор МБОУ "СОШ №7" Кайгородова С.В.  
Директор ООО "Школа" Новичкова И.А.  
Зав. производством Березнова Е.В.

В блюдах возможны следы злаков, яиц и продуктов его переработки, молока и молочных продуктов (лактозы), яиц куриных, рыбы.