

УТВЕРЖАЮ:
Директор МУП «Орнитероп»

В.Э.Ганюшкин



Меню
Горячее питание
Завтрак 1-4 классы



СОЛАСОВАНО:
Директор школы

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Салат из свежих овощей с горошком	60	1,0	2,5	4,4	44,1
Рыба тушеная с овощами	90	9,7	5,0	3,8	99
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,5	26,6	168,9
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.)	108-10	630			505,8

Обед 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	50	0,4	0,04	1,4	7,5
Расоляник ленинградский	200	1,6	4,1	9,6	81,7
Печень в сметанном соусе	105	13,2	9,2	4,0	152
Каша вязкая рисовая	160	2,5	4,1	26,0	150,9
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	30	3,1	1,2	16	87,2
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,1	12	51,5
Стоимость (руб.)	110-05	775			601,9

Полдник 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/14	6,10	8,30	14,83	158,3
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	63
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.)	50-00	350			283,5

Зав. производством:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

16 октября 2025 г.

Меню

Завтрак 5-11 классы

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Салат из свежих овощей с горошком	60	0,99	2,47	4,38	43,7
Рыба тушеная с овощами	100	10,84	5,5	4,23	109,8
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,4	32,0	203,0
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.)	108-10				550,7

Обед 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	40	0,3	0,03	1,1	5,9
Рассолыник ленинградский	250	2	5,13	12	102,2
Печень в сметанном соусе	110	13,9	9,6	4,2	158,8
Каша вязкая рисовая	180	3,1	5,0	32,0	185,4
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	12	51,3
Стоимость (руб.)	110-05				632,7

Полдник ГПД 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/14	6,10	8,30	14,83	158,3
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	63
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.)	50-00				283,5

Зав. производством:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

СОГЛАСОВАНО:
Директор школы

УТВЕРЖАЮ:
Директор МУН «Горняковский»
В.А. Лапкин

16 октября 2025 г.

Меню 5-11 классы 2 смена
Подлинник ГИД 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/14	6,10	8,30	14,83	157,8
Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60,5
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.)	50-00	350			280,5

Обед 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	45	0,4	0,03	1,3	7
Расолюшки ленинградский	250	2	5,13	12	102,2
Печень в сметанном соусе	100	14,1	9,8	4,2	161,4
Каша вязкая рисовая	180	3,1	5,0	31,2	182,2
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Компот из сухофруктов	200	0,07	0,1	12	49,2
Стоимость (руб.)	108-10	825			631,1

Полдник 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы с горошком	60	0,99	2,47	4,38	44,1
Рыба тушеная с овощами	100	10,84	5,5	4,23	109,8
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,4	32,0	203,0
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	35	2,8	0,3	17,1	82,3
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.)	110-05	675			561,9

Зав. производством:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

УТВЕРЖАЮ:

Директор МУП «Орешников»

В.С. Тополушнин

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

16 октября 2025 г.

Меню 1-4 классы 2 смена

УТВЕРЖАЮ:

Директор МУП «Горногорск»

В.С. Лаптев



СОГЛАСОВАНО:

Директор школы



Подлинник ГИД 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	
Бутерброд с маслом и сыром		30/5/14	6,10	8,30	14,8	158,3
Чай с сахаром		200	0,7	0,02	14,4	60,5
Фрукты свежие		100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.) 50-00		350				280,5

Горячее питание

Обед 1-4 классы

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	
Овощи по сезону (сол. огурец)		35	0,3	0,02	0,9	5
Расоляльник лесниградский		200	1,6	4,1	9,6	81,7
Пюре в сметанном соусе		90	11,4	7,9	3,4	130,3
Каша вязкая рисовая		150	2,6	4,2	26,6	154,6
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной		20	2,1	0,8	10,6	58,0
Компот из сухофруктов		200	0,66	0,1	12	51,5
Стоимость (руб.) 108-10		725				552,2

Подлинник 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	
Салат из свеклы с горошком		60	0,99	2,47	4,38	44,1
Рыба тушеная с овощами		90	9,7	5	3,8	99
Макаронные изделия отварные		150	5,5	4,5	26,6	168,9
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный		50	4	0,5	25	120,5
Фрукты свежие		100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.) 110-05		650				555,2

Зае. производство:

Мед.работник:

Ответственный за питание:

Зав. производством: _____
Мед. персонал: _____

Наименование блонд		Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Бутерброд с маслом и сыром		30/5/14	6,1	8,3	14,83	157,8
Фрукты свежие		200	0,07	0,02	15	60,5
Стоимость (руб.) 50-00		100	0,6	0,6	13,6	62,2
		349				280,5

Подлинник ГИД 1-4 классы (Льготная категория)

Наименование блюда		Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	Расходник Ленинградский	60	0,56	0,05	1,75	9,7
Печень в сметанном соусе		250	2	5,1	12	102,2
Хлеб пшеничный		110	15,5	10,8	4,6	177,6
Хлеб пшеничный		160	2,8	4,5	28,4	165,3
Хлеб ржаной		30	2,4	0,3	14,7	71,1
Сок фруктовый		30	3,1	1,2	16	87,2
Масло сливочное		200	1	0	20,2	84,8
Сыр твердый		5	0	4,1	0,02	37
Стоимость (руб.)	153-05	25	5,8	7,3	0	88,9
		870				823,8

Obel

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Салат из свежих овощей с горошком	60	0,99	2,47	4,38	44,1
Рыба тушеная с овощами	90	9,7	5	3,8	99
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,5	26,6	168,9
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.) 108-10	630				505,8

16 октября 2025 г.
Горькое питание

Меню Сироты 1-4 класс

†

УТВЕРЖАЮ:

Директор МУП «ВЭИ-инвестор»

Б.С. Яковлев

16 октября 2025 г.

Меню

Исполнитель: Ильин
Исполнитель: **КОТЛАНОВ**
Исполнитель: **Ильин**

16 октября 2025г.

Меню

Сироты 5-11 классы

Завтрак

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность
				Б	Ж	
Салат из свежих овощей с горошком		60		0,99	2,47	4,38
Рыба тушеная с овощами		100		10,84	5,5	4,23
Макаронные изделия отварные		180		6,6	5,4	31,9
Чай с сахаром		200		0,07	0,02	15
Хлеб пшеничный		30		2,4	0,3	14,7
Фрукты свежие		100		0,60	0,60	13,60
Стоимость (руб) 108-10		670				550,7

Обед

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность
				Б	Ж	
Овощи по сезону (сол. отуреп)		55		0,44	0,04	1,5
Рассольник ленинградский		250		2	5,13	12
Печень в сметанном соусе		105		13,3	9,2	4,0
Каша вязкая рисовая		180		3,2	5	32
Хлеб пшеничный		30		2,4	0,3	14,7
Хлеб ржаной		30		3,1	1,2	15,8
Сок фруктовый		200		1	0	20,2
Масло сливочное		5		0	4,1	0,02
Сыр твердый		25		5,8	7,3	0
Стоимость (руб) 153-05		880				816,4

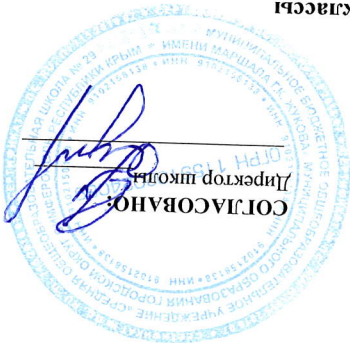
Подлиник ГИ/1-4 классы (любимая категория)

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность
				Б	Ж	
Бутерброд с маслом и сыром		30/5/14		6,10	8,30	14,83
Чай с сахаром		200		0,7	0,02	15
Фрукты свежие		100		0,60	0,60	13,60
Стоимость (руб) 50-00		350				280,5

Зав. производством:

Мед. работник:

Ответственный за питание:



УТВЕРЖАЮ:

Директор МУП «Допинг-центр»

В.А. Поповкин