

Согласовано

О.В. Сеницкая

Утверждено

ИП Гектян Мамикон Леонович

1 НЕДЕЛЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание детей младших классов

1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/15	7,63	10,34	23,00	217,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

91=29

Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/15	7,63	10,34	23,00	217,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

91=00

*витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Витошка" с Са-Mg в количестве 10г.

Согласовано

О.В. Сеницкая

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

1 НЕДЕЛЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание детей с ограниченными возможностями

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/15	7,63	10,34	23,00	217,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп с рисом на курином бульоне	200	2,11	2,28	9,25	76
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

*витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Витошка" с Са-Мг в количестве 10г.

Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

115=00

Согласовано

О.В. Сеницкая

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

1 НЕДЕЛЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание платное

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

110=00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп с рисом на курином бульоне	200	2,11	2,28	9,25	76
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

135=00

Согласовано

О.В. Синицкая

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

1 НЕДЕЛЯ
ВТОРНИК

Питание детей младших классов

1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=29

Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=00

Согласовано

О.В. Синецкая



Утверждено

ИИ Гекчян Мамикон Левонович

1 НЕДЕЛЯ
ВТОРНИК

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание детей с ограниченными возможностями

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Борщ из свежей капусты	200	2,41	3,05	5,62	67,00
Плов со свиной	150	10,98	21,81	27,47	378,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

196=29

Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Плов со свиной	150/50	14,65	29,08	36,63	505,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

115=00

Согласовано

О.В. Синецкая

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

1 НЕДЕЛЯ
ВТОРНИК



МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание платное

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Плов со свиной	150/50	14,65	29,08	36,63	505,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

110=00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Борщ из свежей капусты	200	2,41	3,05	5,62	67,00
Плов со свиной	150/50	14,65	29,08	36,63	505,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

135=00

Согласовано

О.В. Синицкая

Утверждено

ИП Гектян Мамикон Леонович

1 НЕДЕЛЯ
СРЕДА

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание детей младших классов

1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,62	7,26	25,36	188,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,62	7,26	25,36	188,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=29

Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,62	7,26	25,36	188,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=00

Согласовано

О.В. Сеницкая



Утверждено

ИИ Гекчян Мамикон Левонович



1 НЕДЕЛЯ

Среда

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание детей с ограниченными возможностями

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,62	7,26	25,36	188,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Рассольник ленинградский	200	5,39	5,29	15,98	128,00
Гарнир из консервированного горошка	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Омлет натуральный	120	8,11	16,61	1,57	191
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,74	8,71	30,43	225,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40

115=00

Согласовано

О.В. Синицкая

1 НЕДЕЛЯ
СРЕДА



Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович



МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание платное

Завтрак

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,74	8,71	30,43	225,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

110=00

Обед

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Рассольник ленинградский	200	5,39	5,29	15,98	128,00
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,74	8,71	30,43	225,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

135=00

Согласовано

О.В. Синицкая

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

1 НЕДЕЛЯ
ЧЕТВЕРГ

Питание детей младших классов

1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

91=29

Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

91=00

*витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Валетек" с Са-Mg в количестве 10г

Согласовано

О.В. Сеницкая

Утверждено

ИЦ Гекчян Мамикон Леонович

1 НЕДЕЛЯ
ЧЕТВЕРГ

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание детей с ограниченными возможностями

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Щи из свежей капусты	200	5,73	5,62	7,73	111,00
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,52	7,93	36,96	234,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

*витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Валетек" с Са-Мг в количестве 10г

Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

115=00

Согласовано



О.В. Сеницкая

Утверждено



ИП Гекчян Мамикон Левонович

1 НЕДЕЛЯ
ЧЕТВЕРГ

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание платное

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

110=00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Щи из свежей капусты	200	5,73	5,62	7,73	111,00
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

135=00

Согласовано

О.В. Синицкая

Утверждено

ИЦ Гекчян Мамикон Леонович

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

1 НЕДЕЛЯ

Пятница

Питание детей младших классов

1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=29

Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=00

Согласовано

О.В. Сеницкая

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

1 НЕДЕЛЯ
Пятница

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание детей с ограниченными возможностями

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп картофельный с горохом	200	4,92	2,58	18,02	107,00
Бигус	200	14,5	31,1	11,13	389,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40

115=00

Согласовано

О.В. Сеницкая

Утверждено

ИП Гекчан Мамикон Леонович

1 НЕДЕЛЯ
ПЯТНИЦА

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание платное

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

110=00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп картофельный с горохом	200	4,92	2,58	18,02	107,00
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

135=00