

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 21.04 2024г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 1 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/15	3,20	12,04	51,20	418,40	82,96
Бутерброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	1,39	8,35	20,75	161,89	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250/15	3,94	14,84	63,10	515,70	96,46
Бутерброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	1,39	8,35	20,75	161,89	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,0	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,60	124,44
Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы	200/10	5,87	2,58	20,55	129,86	
Жаркое по-домашнему	200	21,52	17,87	18,98	322,46	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	11,00	144,67
Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы	250/10	7,20	3,10	25,40	160,00	
Жаркое по-домашнему	250	26,90	22,33	23,61	403,07	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Бутерброд с сыром	15/30	10,42	10,87	7,32	177,10	62,22
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,0	78,0	
Вафли	65	1,14	1,49	11,31	63,80	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Бутерброд с сыром	15/20	6,42	5,51	7,32	106,70	72,33
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,0	78,0	
Вафли	100	1,60	2,30	17,40	98,28	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ



МЕНЮ на 23.04 2024г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 2 день
ЗАВТРАК 7-11 лет

АИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с маслом сливочным	150/10	9,88	18,00	3,86	325,48	82,96
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,0	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с маслом сливочным	200/10	13,06	23,80	5,10	430,37	96,46
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,0	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	60	1,32	1,44	6,72	34,80	124,44
Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной	200/10	3,20	6,54	13,71	125,66	
Филе птицы в сметанном соусе	100	25,50	9,21	2,33	166,04	
Макаронные изделия отварные	150	5,24	4,65	34,88	205,50	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток из облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,0	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	100	2,20	2,40	11,20	58,00	144,67
Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной	250/10	3,80	7,40	16,41	129,92	
Филе птицы в сметанном соусе	100	25,50	9,21	2,33	166,04	
Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Напиток из облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка домашняя йодированная	105	1,87	17,23	35,10	276,60	62,22
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,0	80,0	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка домашняя йодированная	150	2,60	24,61	50,14	395,14	72,33
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,0	80,00	

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 24.04 2024г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 3 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком	150/10	12,43	17,49	36,42	349,61	82,96
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Апельсин	180	1,60	0,40	14,60	77,40	
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком	200/10	16,31	22,95	47,80	458,86	96,46
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Апельсин	180	1,60	0,40	14,60	77,40	
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,22	12,00	124,44
Суп картофельный с клецками на бульоне	200/20	5,68	4,90	17,64	137,92	
Гуляш из говядины	90	15,88	9,24	5,03	170,68	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,90	3,45	32,40	177,00	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток лимонный	200	0,18	0,02	27,56	94,46	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,70	20,00	144,67
Суп картофельный с клецками на бульоне	250/20	6,04	5,06	18,54	144,50	
Гуляш из говядины	90	15,88	9,24	5,03	170,68	
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,88	212,40	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Напиток лимонный	200	0,18	0,02	27,56	94,46	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	105	1,20	8,95	31,80	236,20	62,22
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	150	1,71	12,78	45,42	337,42	72,33
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	11,87	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 28.04 2024г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 4 день
ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка картофельная с мясом	200	22,80	15,70	17,00	300,00	82,96
Хлеб пшеничный йодовый	50	3,95	0,4	26,00	121,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00	
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка картофельная с мясом	200	22,80	15,70	17,00	300,00	96,46
Хлеб пшеничный йодовый	50	3,95	0,4	26,00	121,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00	
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Маринад овощной	60	1,30	4,06	8,78	76,30	124,44
Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	2,71	6,43	7,78	99,92	
Котлета рубленая из филе птицы	90	17,66	17,42	11,92	280,51	
Рис отварной с овощами	150	3,22	3,56	29,90	162,01	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из кураги	200	0,33	0,20	21,87	90,58	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Маринад овощной	100	2,16	6,70	14,60	127,10	144,67
Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	250/10	3,32	7,54	9,73	120,15	
Котлета рубленая из филе птицы	90	17,66	17,42	11,92	280,51	
Рис отварной с овощами	180	3,86	4,27	35,88	194,41	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Компот из кураги	200	0,33	0,20	21,87	90,58	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пряник школьный	100	1,60	11,10	17,74	177,26	62,22
Молоко пастеризованное йодированное	200	5,60	6,40	9,40	116,00	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пряник школьный	150	2,40	16,65	26,61	265,89	72,33
Молоко пастеризованное йодированное	200	5,60	6,40	9,40	116,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

МЕНЮ на 26.04 2024г.Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 5 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	200/15	9,30	10,96	56,87	366,81	82,96
Печенье	40	2,21	2,86	21,82	122,32	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	250/15	10,51	12,36	64,14	413,73	96,46
Печенье	40	2,21	2,86	21,82	122,32	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,06	1,68	9,00	124,44
Суп гороховый на костном бульоне	200	5,67	5,58	19,28	150,17	
Котлета из рыбы «Любительская»	90	13,83	12,79	6,30	196,38	
Картофельное пюре	150	5,00	8,40	29,40	212,0	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Кисель из яблок	200	0,14	0,14	29,00	117,70	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,01	2,80	15,00	144,67
Суп гороховый на костном бульоне	250	6,99	5,72	23,41	173,20	
Котлета из рыбы «Любительская»	90	13,83	12,79	6,30	196,38	
Картофельное пюре	180	6,0	10,08	35,28	254,40	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Кисель из яблок	200	0,14	0,14	29,00	117,70	

ПОЛДНИК 7-11

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Вафли	35	0,62	0,81	6,14	34,40	62,22
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	72,33
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ _____