

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «ЛИТСЕРВИС»

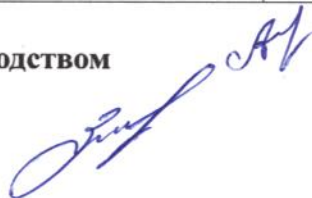
  
В.П.Виноградов/**МЕНЮ**

МОУ «Лицей №13»  
на « 27 » октября 2025г.  
возраст 7-11 лет

№ рец сб.год	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
<b>1 день</b>	<b>Завтрак</b>	г	г	г	г	Ккал
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,9
Пром.	Фрукт (мандарин)	100	0,8	0,2	7,5	38,0
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94,0
Пром.	Хлеб ржаной	35	2,9	1,1	14,8	90,65
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>590</b>	<b>19,2</b>	<b>17,4</b>	<b>82,4</b>	<b>576,15</b>
	<b>Обед</b>					
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,6	6,1	4,3	74,2
54-4с	Рассольник домашний с говядиной	210	3,4	5,2	16,1	116,1
54-11г	Картофельное пюре	170	3,6	5,9	22,4	158,0
54-29м	Фрикадельки из говядины	110	15,0	12,1	10,5	210,3
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94,0
Пром.	Хлеб особый	40	3,1	0,5	18,6	84,8
Пром.	Вода минеральная негаз.	0,5/1шт.				
	<b>Итого за обед</b>	<b>830</b>	<b>29,4</b>	<b>30,4</b>	<b>110,7</b>	<b>818,7</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1420</b>	<b>48,6</b>	<b>47,8</b>	<b>193,1</b>	<b>1394,85</b>

Зав. производством

Бухгалтер



СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО «ЛИТСЕРВИС»  
 В.П.Виноградов/
**МЕНЮ**
 МОУ «Лицей №13»  
 на « 28 » октября 2025г.  
 возраст 7-11 лет

№ рец сб.год	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>2 день</b>	<b>ЗАВТРАК</b>	г	г	г	г	Ккал
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,2	3,0	62,6
54-3г	Макароны отварные с сыром	180	9,5	8,2	34,3	249,2
Пром.	Фрукт (груша)	100	0,0	0,3	9,5	42,3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,0
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,6	0,45	21,7	105,75
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>645</b>	<b>19,6</b>	<b>17,75</b>	<b>88,3</b>	<b>597,65</b>
	<b>Обед</b>					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1,1	8,8	6,8	111,8
54-1с	Щи из свежей капусты с говядиной и сметаной	210	2,9	5,6	5,7	92,2
54-6г	Рис отварной	170	4,2	5,4	41,4	230,6
54-14р	Котлета рыбная любительская	110	14,2	4,6	6,1	112,2
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,0
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94,0
Пром.	Хлеб ржаной	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Пром.	Вода минеральная негаз.	0,5/1шт.				
	<b>Итого за обед</b>	<b>870</b>	<b>29,5</b>	<b>26,1</b>	<b>116,1</b>	<b>825,4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1515</b>	<b>49,1</b>	<b>43,85</b>	<b>204,4</b>	<b>1423,05</b>

Зав. производством

Бухгалтер

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО «ПИТСЕРВИС»  
 В.П.Виноградов/
**МЕНЮ**
 МОУ «Лицей №13»  
 на « 29 » октября 2025г.  
 возраст 7-11 лет

№ рец сб.год	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
<b>3 день</b>	<b>Завтрак</b>	г	г	г	г	Ккал
53-3з	Помидор в нарезке	100	1,0	0,2	3,8	21,3
54-3о	Омлет с морковью	150	11,1	15	5,2	201,0
Пром.	Фрукт (банан)	100	1,5	0,5	21,0	96,0
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,0	6,7	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,55	0,45	21,7	105,75
Пром.	Хлеб ржаной	40	3,4	1,3	17	103,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>635</b>	<b>20,85</b>	<b>17,45</b>	<b>75,4</b>	<b>555,55</b>
	<b>Обед</b>					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	100	2,7	8,2	10,3	142,8
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями фрикадельками	210	3,9	2,4	19,4	125,6
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	170	5,0	5,95	34,5	212,05
367	Птица в соусе с томатом	110	10,45	12,2	2,4	161,0
54-2хн	Компот из кураги	200	1,0	0,1	15,7	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,55	1,0	12,75	77,7
Пром.	Вода минеральная негаз.	0,5/1шт.				
	<b>Итого за обед</b>	<b>870</b>	<b>29,55</b>	<b>30,35</b>	<b>119,2</b>	<b>903,45</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1505</b>	<b>50,4</b>	<b>47,8</b>	<b>194,6</b>	<b>1459,0</b>

Зав. производством

Бухгалтер

СОГЛАСОВАНО


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО «ИТСЕРВИС»  
 В.П.Виноградов/
**МЕНЮ**
 МОУ «Лицей №13»  
 на « 30 » октября 2025г.  
 возраст 7-11 лет

№ рец сб.год	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
<b>4 день</b>	<b>Завтрак</b>	г	г	г	г	Ккал
54-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66,1
282	Запеканка рисовая с творогом и сметаной	180	11,2	8	42,45	286,9
Пром.	Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,5	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>540</b>	<b>17,4</b>	<b>17,7</b>	<b>84,05</b>	<b>573,2</b>
	<b>Обед</b>					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,2	3,0	62,7
54-8с	Суп гороховый с говядиной	210	5,2	4,8	20,6	139,8
54-1г	Макароны отварные	170	6,1	5,5	37,2	223,0
325	Азу	110	10,9	11,1	5,4	202,5
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,2	42,5
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94,0
Пром.	Хлеб ржаной	35	3,0	1,1	14,9	90,65
Пром.	Вода минеральная негаз.	0,5/1шт.				
	<b>Итого за обед</b>	<b>865</b>	<b>29,6</b>	<b>28,2</b>	<b>110,6</b>	<b>855,15</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1405</b>	<b>47,0</b>	<b>45,9</b>	<b>194,65</b>	<b>1428,35</b>

Зав. производством

Бухгалтер

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

 Директор ООО «ИТЦСЕРВИС»  
 В.П.Виноградов/
**МЕНЮ**
 МОУ «Лицей №13»  
 на « 31 » октября 2025г.  
 возраст 7-11 лет

№ рец сб.год	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть
<b>5 день</b>	<b>Завтрак</b>	г	г	г	г	Ккал
54-9г	Рагу из овощей	130	2,4	6,4	11,8	115,6
54-8м	Тефтели из говядины паровые	90	10,35	10,7	9,8	175,6
Пром.	Фрукт (груша)	100	0,0	0,3	9,5	42,3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29,0	141,0
Пром.	Хлеб ржаной	40	3,4	1,3	17,0	103,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>21,05</b>	<b>19,3</b>	<b>83,6</b>	<b>604,9</b>
	<b>Обед</b>					
54-28з	Свекла отварная дольками	100	1,5	0,25	8,9	42,0
54-10с	Суп крестьянский с крупой с курой (крупя перловая)	210	2,0	5,3	10,8	98,9
54-11г	Картофельное пюре	170	3,6	5,9	22,4	158,0
54-18м	Печень говяжья по- строгановски	110	14,0	13,65	8,3	226,15
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
Пром.	Хлеб ржаной	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Пром.	Вода минеральная негаз.	0,5/1шт.				
	<b>Итого за обед</b>	<b>880</b>	<b>28,95</b>	<b>26,9</b>	<b>111,35</b>	<b>827,15</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1500</b>	<b>50,0</b>	<b>46,2</b>	<b>194,95</b>	<b>1432,05</b>

Зав. производством

Бухгалтер