

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
Р.А.Федулин

Согласовано  
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 03 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры *	Выход	Кал-ть	отлета	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

#### Завтрак

54-13-2020	10	36	Сыр в нарезке	2,3	2,9	0,0
302*	200	207	Каша молочная геркулесовая (крупка геркулесовая, молоко, сахарный песок, соль, масло слив)	6,4	8,5	26,3
54-21гн-2020	180	96	Какао с молоком (какао, молоко, сахарный песок)	3,9	4,0	11,3
	15/20	85	Хлеб ржаной, пшеничный	1,8	0,7	18,1
	100	45	Фрукты сезонные	0,1	0,1	10,8
	<u>525</u>					

**Итого 90,00 руб.**

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва- 2004 \*

Зав. производством  Е.А.Комиссарова

Бухгалтер 

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
Р.А.Федулин



Согласовано  
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия Меню на 03 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры*	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

### Обед 125-00 руб.

№ рецептуры*	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	белки	жиры	углеводы
54-8з-2020	60	64	Салат из капусты с морковью (капуста свеж, морк, соль, масло растительное)	1,0	4,1	5,8
54-8с-2020	200	117	Суп картофельный с горохом (вода, картофель, горох, лук, морковь, соль I, масло слив)	4,2	4,0	15,9
54-4м-2020	100	301	Котлета мясная с соусом (говядина, хл. пшен., молоко, масло раст., соли, соус)	17,8	18,1	16,7
54-11г-2020	150	139	Картофельное пюре (картофель, молоко, соли, масло слив)	3,2	5,2	19,8
54-6хн-2020	200	43	Компот из ягод (вишня, сахарный песок, вода)	0,3	0,1	10,3
	30/40	169	Хлеб ржаной, пшеничный	3,2	1,2	36,3

780

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

Зав. производством \_\_\_\_\_ Е.А.Комиссарова

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
Р.А.Федулин

Согласовано  
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 04 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры *	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

#### Завтрак

54-1о-2020	150	233	Омлет натуральный (яйцо,молоко,масло сливочное)
54-2гн-2020	200	27	Чай с сахаром (чай заварка,вода,сахарный песок,)
	15/25	97	Хлеб ржаной, пшеничный
	110	49	Фрукты сезонные
	<u>500</u>		

12,7	18,8	3,3
0,2	0,0	6,5
2,0	0,6	20,8
0,1	0,1	11,9

**Итого 90,00 руб.**

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

Зав. производством  Е.А.Комиссарова

Бухгалтер 

Утверждаю  
 Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
 Р.А.Федулин



Согласовано  
 Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
 М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 04 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры*	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

### Обед 125-00 руб.

54-13з-2020	50/10	56	Салат из свеклы отварной с яйцом <small>(свекла, яйцо, соль, масло растительное)</small>	1,2	3,7	4,5
124*	200	79	Щи из свеж.капусты со сметаной <small>(вода, картофель, капуста, морковь, лук репч., масло, сметана, соль)</small>	1,5	4,9	5,2
439*	100	199	Печень говяжья тушеная <small>(печень, мука, сметана, масло растит, соль, вода)</small>	13,1	13,4	6,5
302*	150	160	Каша гречневая <small>(греча, вода, соль, масло слив.)</small>	4,5	6,9	20,0
	200	93	Сок	0,5	0,0	22,8
	30/40	169	Хлеб ржаной, пшеничный	3,2	1,2	36,3
	780					

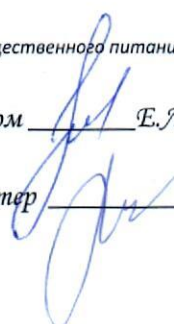
В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва- 2004 \*

Зав. производством \_\_\_\_\_ Е.А.Комиссарова

Бухгалтер \_\_\_\_\_



Утверждаю  
Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
Р.А.Федулин

Согласовано  
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 05 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры *	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

#### Завтрак

54-2з-2020	60	9	Огурец в нарезке	0,5	0,1	1,5
54-5м-2020	90	119	Котлета из курицы с соусом (грудки куриные, хлеб пшеничн,молоко,сухари панир,масло растит,соус основной)	12,6	3,4	9,5
54-10г-2020	150	169	Картофель отварной в молоке (картофель,молоко,солы,масло растит)	4,5	5,0	26,5
54-3гн-2020	200	41	Чай с сахаром, лимоном (чай заварка,вода,сахарный песок,лимон)	0,3	0,0	10,0
	<u>20/30</u>	121	Хлеб ржаной, пшеничный	2,6	0,8	25,8

550

**Итого 90,00 руб.**

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

Зав. производством  Е.А.Комиссарова

Бухгалтер 

Утверждаю  
 Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
 Р.А.Федулин



Согласовано  
 Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
 М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 05 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры*	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

**Обед 125-00 руб.**

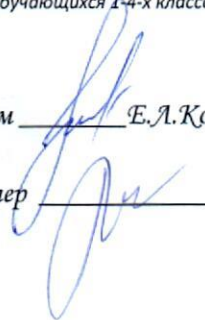
39*	60	56	Салат витаминный с маслом <i>(капуста бел., морковь свеж, яблоки, масло растительное)</i>	0,6	3,1	6,5
54-2с-2020	200	84	Борщ с капустой и картофелем <i>(свекла, капуста св., картофель, морковь, лук репч, сахар, томатная паста, масло слив, соль)</i>	1,6	4,4	9,6
54-11р-2020	100	151	Рыба тушеная с овощами <i>(треска, морковь, лук репч, томат паста, соль, сахар, масло растит)</i>	13,4	7,1	5,9
54-6г-2020	150	209	Рис отварной <i>(рис, вода, соль, масло слив.)</i>	3,6	5,4	36,5
54-1хн-2020	200	81	Компот из сухофруктов <i>(с/ф, сахарный песок, вода)</i>	0,5	0,0	19,8
	30/50	193	Хлеб ржаной, пшеничный	4,4	1,2	41,2
	790					

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

Зав. производством \_\_\_\_\_ Е.А.Комиссарова

Бухгалтер \_\_\_\_\_



Утверждаю  
Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
Р.А.Федулин

Согласовано  
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 06 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры *	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

#### Завтрак

54-1т-2020	150/30	401	Запеканка из творога с молоком сгущ. (творог, мука, сахарный песок, яйцо, масло слив., сухари, молоко сгущ)
54-2гн-2020	200	27	Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахарный песок,)
	15/25	97	Хлеб ржаной, пшеничный
	80	36	Фрукты сезонные
	<u>500</u>		

26,2	16,0	38,0
0,2	0,0	6,5
2,0	0,6	20,8
0,1	0,1	8,7

**Итого 90,00 руб.**

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

Зав. производством  Е.А.Комиссарова

Бухгалтер 

Утверждаю  
 Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
 Р.А.Федулин



Согласовано  
 Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
 М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 06 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры*	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

### Обед 125-00 руб.

54-16з-2020	60	60	Винегрет с растительным маслом <i>(картофель, свекла, морковь, лук, масло растит)</i>	0,6	4,3	4,8
54-4с-2020	200	93	Рассольник домашний <i>(картофель, капуста св, огурцы конс, морковь, лук репч, солы, масло растит, сметана)</i>	1,7	4,6	11,3
54-6м-2020	100	301	Биточек мясной с соусом <i>(говядина, хлеб пшен., молоко, масло раст., солы, соус)</i>	17,7	18,1	16,7
54-8г-2020	150	118	Капуста тушеная <i>(капуста свеж., морковь, лук репч, сахар, томат паста, масло растит)</i>	3,6	5,0	14,6
54-21хн-2020	200	61	Кисель из ягод <i>(ягоды, крахмал, сах. песок)</i>	0,1	0,1	14,9
	30/40	169	Хлеб ржаной, пшеничный	3,2	1,2	36,3
	<b>780</b>					

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

Зав. производством \_\_\_\_\_ Е.А.Крмиссарова

Бухгалтер \_\_\_\_\_





Утверждаю  
Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
Р.А.Федулин

Согласовано  
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 07 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры *	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

#### Завтрак

54-12р-2020	100	170	Тефтели рыбные с соусом (минтай, яйцо, хлеб пшен., мука, масло раст., лук репч., соль, соус осн)	12,1	8,1	12,8
54-11г-2020	150	139	Картофельное пюре (картофель, молоко, соль, масло слив)	3,2	5,2	19,8
54-23гн-2020	200	91	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахарный песок)	3,8	3,5	11,2
	<u>20/30</u>	121	Хлеб ржаной, пшеничный	2,6	0,8	25,8
	500					

**Итого 90,00 руб.**

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва- 2004 \*

Зав. производством \_\_\_\_\_ Е.А.Комиссарова

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Утверждаю  
 Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"  
 Р.А.Федулин



Согласовано  
 Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"  
 М.И.Кузнецова



## Ломоносовская гимназия

### Меню на 07 октября 2022 года

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

№ рецептуры*	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

### Обед 125-00 руб.

54-8з-2020	60	64	Салат из капусты с морковью <small>(свеж, морк, соль, масло растительное)</small>	<small>(капуста)</small>	1,0	4,1	5,8
54-18к-2020	200	121	Суп молочный с овощами <small>(молоко, капуста, морковь, картофель, соль, масло слив.)</small>		3,7	3,6	18,4
54-25м-2020	100	126	Курица тушеная <small>(грудка курин., сметана, мука, морковь, лук репч., соль, масло слив.)</small>		14,0	5,8	4,4
54-1г-2020	150	208	Макароны отварные <small>(макароны, вода, масло слив.)</small>		5,0	5,3	35,0
54-4хн-2020	200	93	Сок		0,5	0,0	22,8
	30/40	170	Хлеб ржаной, пшеничный		3,2	1,2	36,3
	780						

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

\* Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва-2004 \*

Зав. производством  Е.А.Комиссарова

Бухгалтер 