

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"
Леш



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации

1 неделя

Понедельник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-1з	15	53,8	Сыр в нарезке	3,5	4,4	0,0
302*	200	199,0	Каша молочная геркулесовая (крупа геркулесовая, молоко, вода, соль, сах. песок, масло слив)	6,2	7,6	26,5
54-4гн	200	68,0	Чай с молоком и сахаром (чай заварка, вода, молоко, сахарный песок)	2,8	2,5	8,6
	70	165,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,3	1,2	33,6
	100	44,5	Фрукт (яблоко)*	0,1	0,1	10,8
585						

Обед 170-00 руб.

54-2с	250	107,8	Борщ с капустой и картофелем (вода, картофель, свекла, капуста св., морковь, лук репч, сахар, томатная паста, масло растит, соль, сметана)	2,1	5,4	12,9
54-5м	90	212,8	Котлета мясная с соусом (говядина, хлеб пшен., молоко, масло слив, соль, лук репч, соус осн)	12,1	13,2	11,4
54-1г	150	208,0	Макароны отварные (макароны, вода, масло слив, соль)	5,1	5,3	35,0
54-1хн	200	81,0	Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахарный песок, вода)	0,6	0,0	19,8
	70	165,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,3	1,2	33,6
760						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"

Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации
1 неделя
Вторник
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-2о	180	184,2	Омлет с зеленым горошком (яйцо, молоко, зел. горошек, масло сливочное, соль)	11,8	12,9	5,7
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахарный песок,)	0,2	0,0	6,5
	50	157,3	Кондитерское изделие (печенье)	2,2	3,7	28,8
	80	188,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,8	1,3	38,4
510						

Обед 170-00 руб.

54-3с	250	138,1	Рассольник ленинградский (картофель, перловая крупа, огурцы конс. морковь, лук репч, вода, соль, масло растит, сметана)	2,3	7,1	16,5
54-23м	90	167,0	Биточек из курицы с соусом (курин. филе, молоко, хлеб пшен., масло раст., соль I, соус осн)	12,0	9,3	9,5
54-4гн	150	238,9	Греча отварная (греча, вода, соль, масло слив.)	8,0	7,3	35,9
54-32хн	200	41,0	Компот из свежих фруктов (свеж. фрукты, сахарный песок, вода)	0,1	0,1	9,9
	85	200	Хлеб ржаной, пшеничный	4,0	1,4	40,8
775						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством

Бухгалтер

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации

1 неделя

Среда

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-1а	17	61,0	Сыр в нарезке	4,0	5,0	0,0
302**	200	209,9	Каша молочная рисовая (рис, молоко, сахарный песок, соль, масло слив, вода)	6,0	7,1	30,5
54-4гн	200	68,0	Чай с молоком и сахаром (чай заварка, вода, молоко, сахарный песок)	2,8	2,5	8,6
	70	165,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,3	1,2	33,6
	100	39,6	Фрукт (апельсин)*	0,1	0,0	9,8
587						

Обед 170-00 руб.

54-13а	60	51,6	Салат из свеклы отварной (свекла, соль, масло растит)	0,8	3,6	4,0
54-25с	200	110,8	Суп картофельный с горохом (вода, картофель, горох, лук, морковь, соль, масло)	4,1	4,0	14,5
54-11р	90	156,1	Рыба тушеная с овощами (минтай, вода, морковь, лук, репч, томат паста, соль, масло растит)	13,1	9,4	5,9
518*	150	157,8	Картофель отварной (картофель, соль, масло слив)	2,6	5,0	23,6
54-4жн	200	75,7	Компот из изюма (изюм, вода, сах. пес)	0,4	0,1	18,4
	80	188,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,8	1,3	38,4
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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством

Бухгалтер

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации

1 неделя

Четверг

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-16м	50	111,9	Тестели мясные (мясо, рис, мука, лук репчатый, масло растит, соль)	7,5	7,8	4,0
54-11г	150	139,4	Картофельное пюре (картофель, молоко, соль, масло слив)	3,2	5,2	19,8
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахарный песок)	0,2	0,0	6,5
	25	93,0	Кондитерское изделие (вафли)	1,0	2,1	17,6
	75	176,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,6
500						

Обед 170-00 руб.

54-8з	60	82,0	Салат из капусты с морковью (свеж, морк, соль, сах. песок, масло растит)	1,0	6,0	6,0
162*	200	142,3	Суп молочный (молоко, вода, капуста, морковь, картофель, соль, масло слив.)	4,8	5,9	18,0
54-25м	90	118,0	Курица тушеная (курин. филе, мука, морковь, лук репч., соль, сметана, масло слив, масло растит, вода)	12,9	5,6	4,0
54-6г	150	209,0	Рис отварной (рис, вода, соль, масло слив.)	3,6	5,4	36,5
54-21хн	180	58,9	Кисель из ягод (ягоды, крахмал, сахарный песок, вода)	0,1	0,1	14,4
	80	188,2	Хлеб ржаной, пшеничный	3,8	1,3	38,0
760						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством

Бухгалтер

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации
1 неделя
Пятница
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-1г	180	286,5	Макароны отварные с сыром (макароны, вода, масло слив., соль, сыр)	11,0	12,9	31,5
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, вода, молоко, сах. пес)	3,8	3,5	11,2
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,5
	100	44,5	Фрукт (яблоко)*	0,1	0,1	10,8
530						

Обед 170-00 руб.

54-1с	200	79,0	Щи из свеж. капусты со сметаной (вода, капуста свеж., морковь, лук репч., масло, томат паста, сметана, соль)	1,5	4,9	5,2
439*	90	172,2	Печень говяжья тушеная (печень, мука, сметана, масло раст., соль)	11,2	11,4	6,2
54-4гн	150	238,9	Греча отварная (греча, вода, соль, масло слив.)	8,0	7,3	35,9
54-1хн	200	81,0	Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахарный песок, вода)	0,6	0,0	19,8
	60	168,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,8	1,3	38,4
720						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Утверждаю

Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"

Р.А.Федулин

Согласовано

Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия **Меню для обучающихся общеобразовательной организации**

2 неделя

Понедельник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-1з	15	53,8	Сыр в нарезке	3,5	4,4	0,0
54-25к	200	206,0	Каша молочная пшенная (крупа пшенная, молоко, сахарный песок, соль, масло слив, вода)	6,1	7,8	27,7
54-23гн	200	68,0	Чай с молоком и сахаром (чай заварка, вода, сахарный песок)	2,8	2,5	8,6
	70	165,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,3	1,2	33,6
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
585						

Обед 170-00 руб.

54-25с	250	138,5	Суп картофельный с горохом (вода, картофель, горох, лук, морковь, соль, масло)	5,1	5,0	18,1
54-6м	90	212,8	Биточек мясной с соусом (говядина, хлеб пшен., молоко, масло слив, соль)	12,1	13,2	11,4
54-1г	150	208,0	Макароны отварные (макароны, вода, масло слив, соль)	5,1	5,3	35,0
54-1хн	180	72,9	Компот из сухофруктов (с/ф, сахарный песок, вода)	0,5	0,0	17,8
	70	165,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,3	1,2	33,6
740						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством

Бухгалтер

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации

2 неделя

Вторник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-3м	60	100,7	Голубцы ленивые (мясо, рис, капуста свеж, лук репчатый, морковь, масло слив, соль)	6,9	7,1	3,2
54-11г	140	130,2	Картофельное пюре (картофель, молоко, соль, масло слив)	3,0	4,9	18,6
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахарный песок)	0,2	0,0	6,5
	25	99,4	Кондитерское изделие (печенье)	1,8	2,6	17,2
	75	176,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,6
500						

Обед 170-00 руб.

54-3с	250	138,1	Рассольник ленинградский (картофель, перловая крупа, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, вода, соль, масло растительное, сметана)	2,3	7,1	16,5
54-23м	90	167,0	Котлета из курицы с соусом (куриный филе, молоко, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, соус острый)	12,0	9,3	9,5
54-4гн	150	238,9	Греча отварная (гречка, вода, соль, масло слив.)	8,0	7,3	35,9
54-32хн	180	36,9	Компот из свежих фруктов (свежие фрукты, сахарный песок, вода)	0,1	0,1	8,9
	85	200	Хлеб ржаной, пшеничный	4,0	1,4	40,8
755						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации

2 неделя

Среда

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-19а	5	37,4	Масло сливочное	0	4,1	0
54-7т	180	279,9	Запеканка творожная с рисом (рис, творог, вода, яйцо, масло слив, сах. песок, соль)	13,3	10,2	33,7
54-23гн	200	68,0	Чай с молоком и сахаром (чай заварка, вода, сахарный песок)	2,8	2,5	8,6
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,5
	100	44,5	Фрукт (яблоко)*	0,1	0,1	10,8
535						

Обед 170-00 руб.

54-13а	60	51,6	Салат из свеклы отварной (свекла, соль, масло раст)	0,8	4,0	4,0
54-7с	200	105,3	Суп картофельный с мак.изделиями (вода, картофель, макар. изд, лук, морковь, соль, масло)	2,3	3,7	16,8
54-11р	90	156,1	Рыба тушеная с овощами (минтай, вода, морковь, лук, репч, томат паста, соль, масло растит)	13,1	9,4	5,9
54-6г	150	209,0	Рис отварной (рис, вода, соль, масло слив.)	3,6	5,4	36,5
54-4хн	200	75,7	Компот из изюма (изюм, вода, сах. пес)	0,4	0,1	18,4
	75	176,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,6
775						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации

2 неделя

Четверг

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-13	20	71,6	Сыр в нарезке	4,6	6,1	0,0
54-20к	200	197,4	Каша молочная гречневая (крупа греча, молоко, вода, соль, сах. песок, масло слив)	7,1	8,3	23,8
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахарный песок)	0,2	0,0	6,5
	85	200,0	Хлеб ржаной, пшеничный	4,0	1,4	40,8
	100	39,6	Фрукт (апельсин)*	0,1	0,0	9,8
605						

Обед 170-00 руб.

54-18к	200	142,3	Суп молочный (молоко, вода, рис, соль, масло слив.)	4,8	5,9	18,0
439*	90	172,2	Печень говяжья тушеная (печень, мука, сметана, масло раст, соль)	11,2	11,4	6,2
518*	150	157,8	Картофель отварной (картофель, соль, масло слив)	2,6	5,0	23,6
54-1жн	200	81,0	Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахарный песок, вода)	0,5	0,0	19,8
	85	200,0	Хлеб ржаной, пшеничный	4,0	1,4	40,8
725						

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 *

*Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством

Бухгалтер

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

Согласовано
Директор МОУ "Ломоносовская гимназия"



Ломоносовская гимназия
Меню для обучающихся общеобразовательной организации

2 неделя

Пятница

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7 - 11 лет

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

Завтрак 140-00 руб.

54-1г	180	286,5	Макароны отварные с сыром (макароны, вода, масло слив, солы, сыр)	11,0	12,9	31,5
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, вода, молоко, сах. пес)	3,8	3,5	11,2
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,5
	100	44,5	Фрукт (яблоко)*	0,1	0,1	10,8
530						

Обед 170-00 руб.

54-8з	60	82,0	Салат из капусты с морковью (свеж. морк, солы, сах. песок, масло растит)	1,0	6,0	6,0
54-2с	200	86,3	Борщ с капустой и картофелем (вода, картофель, свекла, капуста св., морковь, лук репч, сахар, томатная паста, масло растит, солы, сметана)	1,7	4,3	10,3
54-25м	90	118,0	Курица тушеная (курин. филе, мука, морковь, лук репч., солы, сметана, масло слив, масло растит, вода)	12,9	5,6	4,0
54-4гн	150	238,9	Греча отварная (греча, вода, солы, масло слив.)	8,0	7,3	35,9
54-21хн	200	65,4	Кисель из ягод (ягоды, крахмал, сахарный песок, вода)	0,1	0,1	16,0
	65	144,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,2	1,1	30,5
765						

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 *

** Допускается выдача иных фруктов.

Зав. производством _____

Бухгалтер _____