



Утверждаю
Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на 01.06.2016 г.

Столовая СОШ № 7

ДЕНЬ 1		ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
173	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	220/5	290,80
15	Сыр Российский	15	54,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
382	Какао с молоком	200	118,60
<u>Обед</u>			
515	Зеленый горошек консервированный	60	53,25
88	Щи из свежей капусты, сметаной на м/к бульоне	200/10	128,00
442	Птица, тушенная в сметанном соусе	90/50	224,00
305	Рис отварной с овощами	150	241,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	116,00
НР	Хлеб пшенич/ржаной	40/30	160,90
<u>Полдник</u>			
НР	Печенье овсяное	50	220,00
338	Фрукт свежий	200	72,00
386	Кисломолочный напиток	200	106,00

Заведующий производством

Маз-кашикова Н.С.



Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на 2 июня 20 26

Столовая СОШ № 4

ДЕНЬ 2		ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
173	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	220/5	264,00
15	Сыр российский	15	54,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
580	Чай с молоком	200	88,00
НР	Йогурт	100	102,00
<u>Обед</u>			
141	Свекла тушёная с яблоком	60	78,97
97	Суп картофельный с клецками	200	125,12
234	Котлета из минтая Фирменная	90	183,42
505	Соус красный основной	50	37,00
128	Картофельное пюре	150	141,00
388	Напиток из шиповника	200	103,00
НР	Хлеб пшенич/ржаной	50/40	238,80
<u>Полдник</u>			
389	Сок фруктовый	200	92,00
219	Запеканка творожная с молочным соусом (сладким)	120/30	308,00

Заведующий производством

Мас Каленникова Н.С.



Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на 3 июня 2026

Столовая СОШ № 7

ДЕНЬ 3		ЛЮЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
302	Каша молочная жидкая пшеничная с маслом сливочным	220/5	235,58
2	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	50/10/20	231,70
209	Яйцо вареное	40	63,00
382	Какао с молоком	200	118,60
<u>Обед</u>			
ПР	Огурец солёный в нарезке	60	7,80
82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	115,81
294	Котлета куриная	90	243,00
505	Соус красный основной	50	37,00
171	Каша гречневая	150	242,22
389	Сок фруктовый	200	95,10
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	40/40	183,88
<u>Полдник</u>			
386	Кисломолочный напиток	200	106,00
ПР	Пряник	50	220,70
338	Фрукт свежий	200	72,00

Заведующий производством

Авас-Пашникова Н.С.



Утверждаю
Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на _____ 20 ____ г.

Столовая СОШ № _____

ДЕНЬ 4		ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность
Завтрак			
210	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	238,90
15	Сыр Российский	15	54,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
338	Фрукт свежий	200	72,00
379.1	Кофейный напиток с молоком	200	107,00
Обед			
ПР	Икра кабачковая	60	54,00
102	Суп картофельный гороховый	200	112,80
365	Мясо тушеное	120	250,71
469	Макаронные изделия отварные	150	191,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	116,00
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	40/40	183,88
Полдник			
389	Сок фруктовый	200	95,10
223	Блинчики дрожжевые со сгущенным молоком	120/30	306,50

Заведующий производством



Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на 5 июня 2026

Столовая СОШ № 4

ДЕНЬ 5		ЛЮЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
223	Пудинг творожный с молоком сгущенным	180/50	372,00
15	Сыр Российский	15	54,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
376	Чай с сахаром	200	60,00
<u>Обед</u>			
70	Морковь тушеная с изюмом	60	39,00
99	Суп из овощей со сметаной на м/к бульоне	200/10	118,00
274	Котлета по-домашнему с маслом сливочным	90/5	210,30
126	Картофель тушеная с луком	150	189,00
388	Паниток из пшеники	200	111,00
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	50/40	238,80
<u>Полдник</u>			
386	Кисломолочный продукт	200	106,00
260	Булочка ванильная	100	282,00

Заведующий производством

Александр Кашников И.С.



Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на

8 июня

20

26

Столовая СОШ №

7

ДЕНЬ 6		ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецентуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
174	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	220/5	344,10
ПР	Йогурт	100	102,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
377	Чай с сахаром лимоном	200	41,00
<u>Обед</u>			
ПР	Огурец соленый в нарезке	60	7,80
166	Суп картофельный вермишелевый с курицей	200	169,62
437	Тефтели с соусом красным основным	90/50	185,40
198	Гороховое пюре	150	248,34
389	Сок	200	110,00
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	40/40	183,88
<u>Полдник</u>			
ПР	Вафли	100	295,00
640	Кисель фруктовый из ягод	200	118,00

Заведующий производством

Александр Иванович



Согласовано
Директор

И.В. Фредрикова
«СОШ № 7»

Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на *9 июня* 20 *16*

Столовая СОШ № *4*

	<u>ДЕНЬ 7</u>	ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
	<u>Завтрак</u>		
181	Каша молочная манная с маслом сливочным	220/5	293,06
15	Сыр Российский	15	54,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
382	Какао на молоке	200	118,60
	<u>Обед</u>		
ИР	Икра кабачковая консервированная	60	54,00
106/107	Суп картофельный с крупой(пшено) рыбный	200	127,67
294	Котлета куриная	90	243,00
139	Капуста тушеная	150	125,90
349	Компот из смеси сухофруктов	200	116,00
ИР	Хлеб пшенич/ржаной	50/40	238,80
	<u>Полдник</u>		
ИР	Печенье овсяное	50	220,00
338	Фрукт свежий	200	72,00
386	Кисломолочный напиток	200	106,00

Заведующий производством

И.С. Гашшикова



Согласовано
Директор

Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на

10 июня 2026

Столовая СОШ № 4

ДЕНЬ 8		ЛЮЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
210	Омлет натуральный с маслом сливочным	180	286,67
338	Фрукт свежий	200	72,00
14	Масло сливочное	10	66,00
ПР	Батон	50	116,90
379	Кофейный напиток с молоком	200	107,00
<u>Обед</u>			
515	Зеленый горошек консервированный	60	53,25
96	Рассольник Ленинградский со сметаной на м/к бульоне	200/10	193,30
265	Плов из мяса птицы	250	381,66
388	Напиток из шиповника	200	111,00
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	40/40	183,88
<u>Полдник</u>			
389	Сок фруктовый	200	95,10
437	Ватрушка с повидлом	100	293,60

Заведующий производством

Шваз-кашикова Н.С.



Согласовано

Директор

Утверждаю

Директор ООО "Большая Перемена"



МЕНЮ

на

11 июня 2026

Столовая СОШ №

4

ДЕНЬ 9		ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/20	340,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
338	Фрукт свежий	150	66,60
376	Чай с сахаром	200	60,00
<u>Обед</u>			
70	Морковь тушеная с изюмом	60	39,00
106/107	Суп картофельный с крупой(рис) на м/к бульоне	200	185,99
294	Рыба тушеная в томате с овощами	120	191,60
128	Картофельное пюре	150	141,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	116,00
ИР	Хлеб пшенич/ржаной	50/40	238,80
<u>Полдник</u>			
389	Сок фруктовый	200	95,10
223	Блинчики дрожжевые с сахаром сметаной	100/10/10	304,00

Заведующий производством

Жвас-Кашникова Н.С.



Согласовано
Директор

Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на _____ 20__ г.

Столовая СОШ № _____

<u>ДЕНЬ 10</u>		ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
182	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	220/5	293,70
15	Сыр Российский	15	54,00
14	Масло сливочное	10	66,00
1	Батон	50	116,90
382	Какао с молоком	200	118,60
<u>Обед</u>			
133	Кукуруза консервированная	60	23,28
101	Свекольник со сметаной на м/к бульоне	200/10	97,28
269	Биточки мясные нежные	90	225,00
505	Соус красный основной	50	37,00
203	Макаронные изделия отварные	150	191,00
648	Кисель фруктовый из ягод	200	118,00
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	50/40	238,80
<u>Полдник</u>			
386	Кисломолочный напиток	200	106,00
338	Фрукт свежий	200	72,00
ПР	Пряник	50	220,70

Заведующий производством



Согласовано

Директор

М.П. СОШ № 4
Федосеева И. В.

Утверждаю

Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на _____ 20 ____ г.

Столовая СОШ № _____

ДЕНЬ 11		ЛЮ.Л 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
181	Каша молочная манная с маслом сливочным	220/5	293,06
2	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом (50/10/20)	80	231,70
209	Яйцо вареное	40	63,00
580	Чай с молоком	200	88,00
<u>Обед</u>			
ПР	Икра кабачковая консервированная	60	54,00
88	Щи из свежей капусты, сметаной на м/к бульоне (200/10)	200/10	128,00
245	Бефстроганов из отварного мяса (70/50)	120	202,09
171	Каша гречневая	150	242,22
396	Компот из свежих яблок	200	110,94
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	40/40	183,88
<u>Полдник</u>			
437.1	Ватрушка с творогом	100	295,60
389	Сок фруктовый	200	95,10

Заведующий производством



Утверждаю

Директор ООО "Большая Перемена"



МЕНЮ

на _____ 20 ____ г.

Столовая СОП № _____

	<u>ДЕНЬ 12</u>	ЛОЛ 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
	<u>Завтрак</u>		
174	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	220/5	344,10
ПР	Йогурт	100	102,00
14	Масло сливочное	10	66,00
ПР	Батон	50	116,90
580	Чай с сахаром, лимоном	200	41,00
	<u>Обед</u>		
141	Свекла тушеная с яблоком	60	78,97
166	Суп картофельный вермишелевый с курицей	200	169,62
259	Жаркое по домашнему с мясом	250	372,72
389.1	Сок	200	110,00
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	40/40	183,88
	<u>Полдник</u>		
422	Булочка косичка	100	284,00
386	Кисломолочный напиток	200	106,00

Заведующий производством



Утверждаю
Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на _____ 20 ____ г.

Столовая СОШ № _____

ДЕНЬ 13		ЛЮ.Л 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетическая ценность
Завтрак			
225	Пудинг творожный с молоком сгущенным (150/20)	170	310,00
14	Масло сливочное	10	66,00
ПР	Батон	50	116,90
338	Фрукт свежий	200	72,00
376	Чай с шиповником	200	87,00
Обед			
515	Зеленый горошек консервированный	60	53,25
82	Борщ из свежей капусты с сметаной (200/10)	200/10	115,81
265	Плов из мяса птицы (160/90)	250	381,66
349	Компот из смеси сухофруктов	200	116,00
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	50/40	238,80
Полдник			
389	Сок фруктовый	200	95,10
ПР	Вафли	100	295,00

Заведующий производством



Утверждаю
Директор ООО "Большая перемена"



МЕНЮ

на _____ 20 ____ г.

Столовая СОШ № _____

<u>ДЕНЬ 14</u>		ЛЮД 3-х разовое питание	
N рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергети- ческая ценность
<u>Завтрак</u>			
210	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	238,90
15	Сыр Российский	15	54,00
14	Масло сливочное	10	66,00
ПР	Батон	50	116,90
338	Фрукт свежий	200	72,00
379.1	Кофейный напиток с молоком	200	107,00
<u>Обед</u>			
ПР	Огурец соленый в нарезке	60	7,80
106/107	Суп картофельный с крупой (рис) на м/к бульоне	200	185,99
250	Рыба запеченная с картофелем (70/180)	250	362,27
396	Компот из свежих яблок	200	110,94
ПР	Хлеб пшенич/ржаной	50/40	238,80
<u>Полдник</u>			
386	Кисломолочный напиток	200	106,00
223	Блинчики дрожжевые со сгущенным молоком (120/30)	150	306,50

Заведующий производством