

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 13.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" 11-18 лет

| N рец.   | Наименование блюда                  | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       | Минеральные вещества, мг |        |        |       |      |
|----------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
|          |                                     |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг                   | Са     | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК  |                                     |       |                     |       |       |                   |              |      |       |                          |        |        |       |      |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ<br>(ЗЕЛ.ГОР) | 100   | 3,13                | 4,33  | 6,54  | 77,59             | 0,11         | 0,06 | 10,00 | 20,0                     | 21,30  | 63,50  | 21,00 | 0,71 |
| 268/2018 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                   | 200   | 17,82               | 24,11 | 4,55  | 306,45            | 0,12         | 0,66 | 1,00  | 347,5                    | 167,34 | 308,65 | 25,89 | 3,21 |
| 590/2013 | КОНДИТЕРСКОЕ<br>ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ)    | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88 | 165,80            | 0,04         | 0,02 |       | 26,0                     | 16,40  | 34,80  | 6,00  | 0,40 |
| 462/2018 | КАКАО С МОЛОКОМ                     | 200   | 3,38                | 2,86  | 14,95 | 99,09             | 0,04         | 0,16 | 1,30  | 20,0                     | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68 | 93,76             | 0,04         | 0,01 |       |                          | 8,00   | 26,00  | 5,60  | 0,44 |

Итого по подменю: 105,00

30,77 36,14 73,60 742,69 0,35 0,91 12,30 413,5 336,31 538,67 82,69 5,42

**ОБЕД**

|          |                                     |        |      |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|-------------------------------------|--------|------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 26/2018  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 100    | 1,50 | 60,04 | 8,45  | 580,12 | 0,02 | 0,04 | 9,60  |      | 36,26 | 42,63  | 21,16 | 1,35 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19 | 6,97  | 10,44 | 113,23 | 0,08 | 0,06 | 20,03 | 15,0 | 33,90 | 57,60  | 23,00 | 0,76 |
| 307/2018 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                      | 100    | 2,84 | 4,63  | 14,99 | 112,92 | 0,03 | 0,05 | 0,33  | 10,4 | 37,89 | 36,09  | 6,37  | 0,26 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                   | 180    | 3,83 | 8,05  | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 250    | 0,08 | 0,01  | 12,74 | 51,35  |      |      | 3,52  |      | 3,90  | 1,95   | 1,06  | 0,09 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45     | 3,51 | 0,63  | 16,79 | 86,85  | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35 | 47,70  | 11,25 | 1,40 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60     | 4,56 | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 115,00

18,51 80,81 119,00 1277,13 0,44 0,34 64,17 63,6 185,68 340,09 110,02 5,94

Итого за день:

49,28 116,95 192,60 2019,82 0,79 1,25 76,47 477,1 521,99 878,76 192,71 11,36

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 13.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" до 7-10 лет

| МАОУ "Фроловская средняя школа-навигатор 2017-10лет |                                    |       |                     |       |       |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| N рец.                                              | Наименование блюда                 | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|                                                     |                                    |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг | Ca                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                             |                                    |       |                     |       |       |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
| 157/2018                                            | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ | 60    | 1,88                | 2,60  | 3,93  | 46,59             | 0,07         | 0,03 | 6,01 | 12,0   | 12,74                    | 38,16  | 12,62 | 0,43 |
| 268/2018                                            | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                  | 160   | 14,26               | 19,31 | 3,64  | 245,33            | 0,09         | 0,53 | 0,80 | 278,1  | 133,57                   | 246,89 | 20,69 | 2,57 |
| 590/2013                                            | КОНДИТЕРСКОЕ<br>ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ)   | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88 | 165,80            | 0,04         | 0,02 |      | 26,0   | 16,40                    | 34,80  | 6,00  | 0,40 |
| 462/2018                                            | КАКАО С МОЛОКОМ                    | 200   | 3,38                | 2,86  | 14,95 | 99,09             | 0,04         | 0,16 | 1,30 | 20,0   | 123,37                   | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2013                                            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68 | 93,76             | 0,04         | 0,01 |      |        | 8,00                     | 26,00  | 5,60  | 0,44 |

Итого по подменю: 105,40      25,96    29,61    70,08    650,57    0,28    0,75    8,11    336,1    294,08    451,57    69,11    4,50

**ОБЕД**

|          |                                     |       |       |      |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|-------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 26/2018  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 60    | 0,87  | 3,65 | 5,07  | 56,63  | 0,01 | 0,02 | 5,76  |      | 21,68 | 24,92  | 12,69 | 0,81 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,67  | 5,12 | 8,25  | 85,79  | 0,06 | 0,04 | 16,02 | 7,5  | 24,54 | 44,28  | 18,16 | 0,60 |
| 307/2021 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                      | 90    | 13,63 | 7,67 | 13,49 | 177,50 | 0,14 | 0,13 | 0,78  | 25,5 | 44,75 | 140,45 | 21,92 | 0,56 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                   | 150   | 3,19  | 6,68 | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90  | 32,31 | 1,19 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 200   | 0,06  | 0,01 | 10,20 | 41,11  |      |      | 2,88  |      | 3,19  | 1,59   | 0,87  | 0,07 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 30    | 2,34  | 0,42 | 11,19 | 57,90  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60    | 4,56  | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 105,40      26,32    24,03    99,44    719,33    0,47    0,35    51,01    64,7    155,80    377,94    101,85    4,82

Итого за день:      52,28    53,64    169,52    1369,90    0,75    1,10    59,12    400,9    449,88    829,51    170,96    9,32

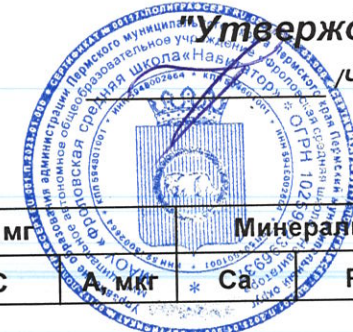
Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 13.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

| МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ДОТТ-1611 |                                     |       |                     |       |       |                   |              |      |       |                          |        |        |       |      |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
| N рец.                                               | Наименование блюда                  | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       | Минеральные вещества, мг |        |        |       |      |
|                                                      |                                     |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг                   | Са     | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                              |                                     |       |                     |       |       |                   |              |      |       |                          |        |        |       |      |
| 157/2018                                             | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ<br>(ЗЕЛ.ГОР) | 100   | 3,13                | 4,33  | 6,54  | 77,59             | 0,11         | 0,06 | 10,00 | 20,0                     | 21,20  | 63,50  | 21,00 | 0,71 |
| 268/2018                                             | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                   | 200   | 17,82               | 24,11 | 4,55  | 306,45            | 0,12         | 0,66 | 1,00  | 347,5                    | 167,34 | 308,65 | 25,89 | 3,21 |
| 590/2013                                             | КОНДИТЕРСКОЕ<br>ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ)    | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88 | 165,80            | 0,04         | 0,02 |       | 26,0                     | 16,40  | 34,80  | 6,00  | 0,40 |
| 462/2018                                             | КАКАО С МОЛОКОМ                     | 200   | 3,38                | 2,86  | 14,95 | 99,09             | 0,04         | 0,16 | 1,30  | 20,0                     | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2013                                             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68 | 93,76             | 0,04         | 0,01 |       |                          | 8,00   | 26,00  | 5,60  | 0,44 |
|                                                      |                                     |       | 30,77               | 36,14 | 73,60 | 742,69            | 0,35         | 0,91 | 12,30 | 413,5                    | 336,31 | 538,67 | 82,69 | 5,42 |

|                          |                                      |        |       |       |        |         |      |      |       |      |        |        |        |      |
|--------------------------|--------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| <b>ОБЕД</b>              |                                      |        |       |       |        |         |      |      |       |      |        |        |        |      |
| 26/2018                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ             | 100    | 1,50  | 60,04 | 8,45   | 580,12  | 0,02 | 0,04 | 9,60  |      | 36,26  | 42,63  | 21,16  | 1,35 |
| 154/2013                 | СУП КРЕСТЬЯНС. ИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19  | 6,97  | 10,44  | 113,23  | 0,08 | 0,06 | 20,03 | 15,0 | 33,90  | 57,60  | 23,00  | 0,76 |
| 307/2018                 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                       | 100    | 2,84  | 4,63  | 14,99  | 112,92  | 0,03 | 0,05 | 0,33  | 10,4 | 37,89  | 36,09  | 6,37   | 0,26 |
| 377/2018                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 180    | 3,83  | 8,05  | 26,07  | 192,02  | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38  | 115,12 | 38,78  | 1,42 |
| 459/2018                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                        | 250    | 0,08  | 0,01  | 12,74  | 51,35   |      |      | 3,52  |      | 3,90   | 1,95   | 1,06   | 0,09 |
| 109/2012                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 45     | 3,51  | 0,63  | 16,79  | 86,85   | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                     | 60     | 4,56  | 0,48  | 29,52  | 140,64  | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: 118,18 |                                      |        | 18,51 | 80,81 | 119,00 | 1277,13 | 0,44 | 0,34 | 64,17 | 63,6 | 185,68 | 340,09 | 110,02 | 5,94 |

Итого за день:

49,28 116,95 192,60 2019,82 0,79 1,25 76,47 477,1 521,99 878,76 192,71 11,36

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 13.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   | Минеральные вещества, мг |    |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------------------------|----|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А, мкг                   | Са | Р | Mg | Fe |

### ЗАВТРАК

|          |                                 |     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |        |       |      |
|----------|---------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60  | 1,88  | 2,60  | 3,93  | 46,59  | 0,07 | 0,03 | 6,01 | 12,0  | 12,74  | 38,16  | 12,62 | 0,43 |
| 268/2018 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ               | 160 | 14,26 | 19,31 | 3,64  | 245,33 | 0,09 | 0,53 | 0,80 | 278,1 | 133,57 | 246,89 | 20,69 | 2,57 |
| 590/2013 | кондитерское изделие(печенье)   | 40  | 3,40  | 4,52  | 27,88 | 165,80 | 0,04 | 0,02 |      | 26,0  | 16,40  | 34,80  | 6,00  | 0,40 |
| 462/2018 | КАКАО С МОЛОКОМ                 | 200 | 3,38  | 2,86  | 14,95 | 99,09  | 0,04 | 0,16 | 1,30 | 20,0  | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 40  | 3,04  | 0,32  | 19,68 | 93,76  | 0,04 | 0,01 |      |       | 8,00   | 26,00  | 5,60  | 0,44 |

Итого по подменю: 51,01 руб.

25,96 29,61 70,08 650,57 0,28 0,75 8,11 336,1 294,08 451,57 69,11 4,50

### ОБЕД

|          |                                     |       |       |      |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|-------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 26/2018  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 60    | 0,87  | 3,65 | 5,07  | 56,63  | 0,01 | 0,02 | 5,76  |      | 21,68 | 24,92  | 12,69 | 0,81 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,67  | 5,12 | 8,25  | 85,79  | 0,06 | 0,04 | 16,02 | 7,5  | 24,54 | 44,28  | 18,16 | 0,60 |
| 307/2021 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                      | 90    | 13,63 | 7,67 | 13,49 | 177,50 | 0,14 | 0,13 | 0,78  | 25,5 | 44,75 | 140,45 | 21,92 | 0,56 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                   | 150   | 3,19  | 6,68 | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90  | 32,31 | 1,19 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 200   | 0,06  | 0,01 | 10,20 | 41,11  |      |      | 2,88  |      | 3,19  | 1,59   | 0,87  | 0,07 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 30    | 2,34  | 0,42 | 11,19 | 57,90  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60    | 4,56  | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 105,40

26,32 24,03 99,44 719,33 0,47 0,35 51,01 64,7 155,80 377,94 101,85 4,82

Итого за день:

52,28 53,64 169,52 1369,90 0,75 1,10 59,12 400,9 449,88 829,51 170,96 9,32

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 13.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ 11-18л 1 смена |                                     |       |                     |       |       |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |  |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|--|
| N рец.                                                     | Наименование блюда                  | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |  |
|                                                            |                                     |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |  |
| ЗАВТРАК                                                    |                                     |       |                     |       |       |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |  |
| 157/2018                                                   | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ<br>(ЗЕЛ.ГОР) | 100   | 3,13                | 4,33  | 6,54  | 77,59             | 0,11         | 0,06 | 10,00 | 20,0   | 21,20                    | 63,50  | 21,00 | 0,71 |  |
| 268/2018                                                   | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                   | 200   | 17,82               | 24,11 | 4,55  | 306,45            | 0,12         | 0,66 | 1,00  | 347,5  | 167,34                   | 308,65 | 25,89 | 3,21 |  |
| 590/2013                                                   | КОНДИТЕРСКОЕ<br>ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ)    | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88 | 165,80            | 0,04         | 0,02 |       | 26,0   | 16,40                    | 34,80  | 6,00  | 0,40 |  |
| 462/2018                                                   | КАКАО С МОЛОКОМ                     | 200   | 3,38                | 2,86  | 14,95 | 99,09             | 0,04         | 0,16 | 1,30  | 20,0   | 123,37                   | 105,72 | 24,20 | 0,66 |  |
| 108/2013                                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68 | 93,76             | 0,04         | 0,01 |       |        | 8,00                     | 26,00  | 5,60  | 0,44 |  |
|                                                            |                                     |       | 30,77               | 36,14 | 73,60 | 742,69            | 0,35         | 0,91 | 12,30 | 413,5  | 336,31                   | 538,67 | 82,69 | 5,42 |  |

Итого по подменю: 62,36 руб.

**ОБЕД**

|                   |                                        |        |       |       |        |         |      |      |       |      |        |        |        |      |
|-------------------|----------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| 26/2018           | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ               | 100    | 1,50  | 60,04 | 8,45   | 580,12  | 0,02 | 0,04 | 9,60  |      | 36,26  | 42,63  | 21,16  | 1,35 |
| 154/2013          | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ,<br>СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19  | 6,97  | 10,44  | 113,23  | 0,08 | 0,06 | 20,03 | 15,0 | 33,90  | 57,60  | 23,00  | 0,76 |
| 307/2018          | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                         | 100    | 2,84  | 4,63  | 14,99  | 112,92  | 0,03 | 0,05 | 0,33  | 10,4 | 37,89  | 36,09  | 6,37   | 0,26 |
| 377/2018          | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                      | 180    | 3,83  | 8,05  | 26,07  | 192,02  | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38  | 115,12 | 38,78  | 1,42 |
| 459/2018          | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                          | 250    | 0,08  | 0,01  | 12,74  | 51,35   |      |      | 3,52  |      | 3,90   | 1,95   | 1,06   | 0,09 |
| 109/2012          | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 45     | 3,51  | 0,63  | 16,79  | 86,85   | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40 |
| 108/2013          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                       | 60     | 4,56  | 0,48  | 29,52  | 140,64  | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: |                                        |        | 18,51 | 80,81 | 119,00 | 1277,13 | 0,44 | 0,34 | 64,17 | 63,6 | 185,68 | 340,09 | 110,02 | 5,94 |

Итого по подменю: 118,18

Итого за день:

49,28 116,95 192,60 2019,82 0,79 1,25 76,47 477,1 521,99 878,76 192,71 11,36

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 13.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа" Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена

| № рец.                       | Наименование блюда                  | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |        |        | Минеральные вещества, мг |        |        |      |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|--------|--------|--------------------------|--------|--------|------|
|                              |                                     |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С      | А, мкг | Ca*                      | Р      | Mg     | Fe   |
| ОБЕД                         |                                     |       |                     |       |        |                   |              |      |        |        |                          |        |        |      |
| 26/2018                      | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 60    | 0,87                | 3,65  | 5,07   | 56,63             | 0,01         | 0,02 | 5,76   |        | 21,68                    | 24,92  | 12,69  | 0,81 |
| 154/2013                     | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,67                | 5,12  | 8,25   | 85,79             | 0,06         | 0,04 | 16,02  | 7,5    | 24,54                    | 44,28  | 18,16  | 0,60 |
| 307/2021                     | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                      | 90    | 13,63               | 7,67  | 13,49  | 177,50            | 0,14         | 0,13 | 0,78   | 25,5   | 44,75                    | 140,45 | 21,92  | 0,56 |
| 377/2018                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                   | 150   | 3,19                | 6,68  | 21,72  | 159,76            | 0,16         | 0,13 | 25,57  | 31,7   | 42,74                    | 95,90  | 32,31  | 1,19 |
| 459/2018                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 200   | 0,06                | 0,01  | 10,20  | 41,11             |              |      | 2,88   |        | 3,19                     | 1,59   | 0,87   | 0,07 |
| 109/2013                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 30    | 2,34                | 0,42  | 11,19  | 57,90             | 0,03         | 0,01 |        |        | 6,90                     | 31,80  | 7,50   | 0,93 |
| 108/2013                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |        |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: 105,40     |                                     |       | 26,32               | 24,03 | 99,44  | 719,33            | 0,47         | 0,35 | 51,01  | 64,7   | 155,80                   | 377,94 | 101,85 | 4,82 |
| ПОЛДНИК                      |                                     |       |                     |       |        |                   |              |      |        |        |                          |        |        |      |
| 531/2018                     | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ                 | 60    | 3,71                | 2,19  | 42,07  | 202,85            | 0,06         | 0,03 | 0,15   | 9,7    | 12,66                    | 36,26  | 7,66   | 0,84 |
| 496/2018                     | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                | 250   | 0,85                | 0,35  | 24,55  | 104,75            | 0,02         | 0,08 | 250,00 |        | 15,38                    | 4,25   | 4,25   | 0,79 |
| Итого по подменю: 26,90 руб. |                                     |       | 4,56                | 2,54  | 66,62  | 307,60            | 0,08         | 0,11 | 250,15 | 9,7    | 28,04                    | 40,51  | 11,91  | 1,63 |
| Итого за день:               |                                     |       | 30,88               | 26,57 | 166,06 | 1026,93           | 0,55         | 0,46 | 301,16 | 74,4   | 183,84                   | 418,45 | 113,76 | 6,45 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 13.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа" "Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена

| МАОУ "Фроловская школа-навигатор ОБЗ ТТ-10 ЛЕТ 2 смена |                                     |        |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |        |      |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|--------|------|
| N рец.                                                 | Наименование блюда                  | Выход  | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |        |      |
|                                                        |                                     |        | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Ca*                      | Р      | Mg     | Fe   |
| ОБЕД                                                   |                                     |        |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |        |      |
| 26/2018                                                | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 100    | 1,50                | 60,04 | 8,45   | 580,12            | 0,02         | 0,04 | 9,60  |        | 36,26                    | 42,63  | 21,16  | 1,35 |
| 154/2013                                               | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19                | 6,97  | 10,44  | 113,23            | 0,08         | 0,06 | 20,03 | 15,0   | 33,90                    | 57,60  | 23,00  | 0,76 |
| 307/2018                                               | КОТЛЕТА РЫБНАЯ                      | 100    | 2,84                | 4,63  | 14,99  | 112,92            | 0,03         | 0,05 | 0,33  | 10,4   | 37,89                    | 36,09  | 6,37   | 0,26 |
| 377/2018                                               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                   | 180    | 3,83                | 8,05  | 26,07  | 192,02            | 0,19         | 0,16 | 30,69 | 38,2   | 51,38                    | 115,12 | 38,78  | 1,42 |
| 459/2018                                               | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 250    | 0,08                | 0,01  | 12,74  | 51,35             |              |      | 3,52  |        | 3,90                     | 1,95   | 1,06   | 0,09 |
| 109/2012                                               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45     | 3,51                | 0,63  | 16,79  | 86,85             | 0,05         | 0,01 |       |        | 10,35                    | 47,70  | 11,25  | 1,40 |
| 108/2013                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60     | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |       |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю:                                      |                                     |        | 18,51               | 80,81 | 119,00 | 1277,13           | 0,44         | 0,34 | 64,17 | 63,6   | 185,68                   | 340,09 | 110,02 | 5,94 |

**ПОЛДНИК**

|                              |                      |     |      |      |       |        |      |      |        |     |       |       |       |      |
|------------------------------|----------------------|-----|------|------|-------|--------|------|------|--------|-----|-------|-------|-------|------|
| 531/2018                     | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ  | 60  | 3,71 | 2,19 | 42,07 | 202,85 | 0,06 | 0,03 | 0,15   | 9,7 | 12,66 | 36,26 | 7,66  | 0,84 |
| 496/2018                     | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 250 | 0,85 | 0,35 | 24,55 | 104,75 | 0,02 | 0,08 | 250,00 |     | 15,38 | 4,25  | 4,25  | 0,79 |
| Итого по подменю: 31,11 руб. |                      |     | 4,56 | 2,54 | 66,62 | 307,60 | 0,08 | 0,11 | 250,15 | 9,7 | 28,04 | 40,51 | 11,91 | 1,63 |

Итого за день: 23,07 83,35 185,62 1584,73 0,52 0,45 314,32 73,3 213,72 380,60 121,93 7,57

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 14.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

| N рец.                   | Наименование блюда              | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|--------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
|                          |                                 |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг | Ca                       | P      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                  |                                 |       |                     |       |        |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
| 347/2018                 | КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"               | 100   | 15,92               | 13,07 | 13,81  | 236,51            | 0,08         | 0,14 | 0,82 | 15,4   | 35,08                    | 149,71 | 19,34 | 1,69 |
| 256/2018                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ* | 200   | 7,52                | 8,23  | 48,01  | 296,18            | 0,12         | 0,04 |      | 35,6   | 27,20                    | 64,31  | 11,61 | 1,20 |
| 459/2018                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                   | 200   | 0,06                | 0,01  | 10,20  | 41,11             |              |      | 2,88 |        | 3,19                     | 1,59   | 0,87  | 0,07 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |      |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
| Итого по подменю: 105,00 |                                 |       | 28,06               | 21,79 | 101,54 | 714,44            | 0,27         | 0,20 | 3,70 | 51,0   | 77,47                    | 254,61 | 40,22 | 3,62 |
| ОБЕД                     |                                 |       |                     |       |        |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |

**ОБЕД**

|                          |                                            |        |       |       |        |         |      |      |       |       |        |        |        |       |
|--------------------------|--------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 43/2018                  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 100    | 1,62  | 6,29  | 11,76  | 110,60  | 0,09 | 0,06 | 14,57 |       | 15,44  | 50,55  | 21,32  | 0,80  |
| 95/2018                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,<br>СМЕТАНОЙ  | 250/10 | 2,07  | 6,67  | 12,81  | 119,50  | 0,06 | 0,07 | 19,99 | 15,0  | 49,43  | 57,15  | 25,38  | 1,18  |
| 372/2018                 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ                           | 100    | 15,91 | 17,52 | 10,37  | 262,78  | 0,11 | 0,17 | 1,85  | 27,8  | 55,79  | 170,23 | 23,58  | 1,61  |
| 202/2018                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                 | 180    | 6,84  | 7,72  | 30,89  | 220,42  | 0,23 | 0,12 | 3,89  | 28,8  | 43,44  | 169,38 | 109,85 | 3,88  |
| 495/2018                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 200    | 0,44  | 0,02  | 21,78  | 89,06   |      | 0,01 | 0,40  |       | 22,50  | 15,40  | 6,00   | 1,23  |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30     | 2,28  | 0,24  | 14,76  | 70,32   | 0,03 | 0,01 |       |       | 6,00   | 19,50  | 4,20   | 0,33  |
| 109/2012                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 45     | 3,51  | 0,63  | 16,79  | 86,85   | 0,05 | 0,01 |       |       | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Итого по подменю: 115,00 |                                            |        | 32,67 | 39,09 | 119,16 | 959,53  | 0,57 | 0,45 | 40,70 | 71,6  | 202,95 | 529,91 | 201,58 | 10,43 |
| Итого за день:           |                                            |        | 60,73 | 60,88 | 220,70 | 1673,97 | 0,84 | 0,65 | 44,40 | 122,6 | 280,42 | 784,52 | 241,80 | 14,05 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 14.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот 7-10 лет

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   |        | Минеральные вещества, мг |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------|--------------------------|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А, мкг | Са                       | Р | Mg | Fe |

### ЗАВТРАК

|          |                             |     |       |       |       |        |      |      |      |      |       |        |       |      |
|----------|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|------|-------|--------|-------|------|
| 347/2018 | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ"          | 90  | 14,32 | 11,76 | 12,43 | 212,86 | 0,07 | 0,12 | 0,74 | 13,8 | 31,57 | 134,74 | 17,41 | 1,52 |
| 256/2018 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,64  | 6,19  | 36,01 | 222,32 | 0,09 | 0,03 |      | 26,8 | 20,50 | 48,26  | 8,71  | 0,90 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ               | 200 | 0,06  | 0,01  | 10,20 | 41,11  |      |      | 2,88 |      | 3,19  | 1,59   | 0,87  | 0,07 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..            | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |      |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 105,40 24,58 18,44 88,16 616,93 0,23 0,17 3,62 40,6 67,26 223,59 35,39 3,15

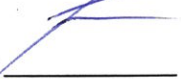
### ОБЕД

|          |                                         |        |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|-----------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 43/2018  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 60     | 0,97  | 3,77  | 7,06  | 66,36  | 0,05 | 0,03 | 8,74  |      | 9,27  | 30,33  | 12,79 | 0,48 |
| 95/2018  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ  | 200/10 | 1,71  | 5,63  | 10,32 | 98,81  | 0,05 | 0,05 | 16,00 | 15,0 | 41,27 | 46,94  | 20,48 | 0,95 |
| 209/08   | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ                         | 90     | 14,11 | 17,65 | 9,83  | 254,63 | 0,09 | 0,15 | 1,64  | 53,8 | 41,82 | 140,33 | 18,28 | 1,09 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 150    | 5,70  | 6,44  | 25,74 | 183,69 | 0,19 | 0,10 | 3,24  | 24,0 | 14,12 | 136,65 | 90,22 | 3,06 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 200    | 0,44  | 0,02  | 21,78 | 89,06  |      | 0,01 | 0,40  |      | 22,50 | 15,40  | 6,00  | 1,23 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20     | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  | 0,02 | 0,01 |       |      | 4,00  | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30     | 2,34  | 0,42  | 11,19 | 57,90  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |

Итого по подменю: 105,40 26,79 34,09 95,76 797,33 0,43 0,36 30,02 92,8 139,88 414,45 158,07 7,96

Итого за день: 51,37 52,53 183,92 1414,26 0,66 0,53 33,64 133,5 207,14 638,04 193,46 11,11

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 14.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л

| МБОУ "Фроловская средняя школа-навигатор д.Ф.П.101" |                                 |       |                     |       |       |                   |              |      |      |                          |       |        |       |      |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------------------------|-------|--------|-------|------|
| № рец.                                              | Наименование блюда              | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      | Минеральные вещества, мг |       |        |       |      |
|                                                     |                                 |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг                   | Ca    | P      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                             |                                 |       |                     |       |       |                   |              |      |      |                          |       |        |       |      |
| 347/2018                                            | КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"               | 100   | 15,92               | 13,07 | 13,81 | 236,51            | 0,08         | 0,14 | 0,82 | 15,4                     | 35,08 | 149,71 | 19,34 | 1,69 |
| 256/2018                                            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ* | 200   | 7,52                | 8,23  | 48,01 | 296,18            | 0,12         | 0,04 |      | 35,6                     | 27,20 | 64,31  | 11,61 | 1,20 |
| 459/2018                                            | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                   | 200   | 0,06                | 0,01  | 10,20 | 41,11             |              |      | 2,88 |                          | 3,19  | 1,59   | 0,87  | 0,07 |
| 108/2013                                            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52 | 140,64            | 0,07         | 0,02 |      |                          | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 118,18

28,06 21,79 101,54 714,44 0,27 0,20 3,70 51,0 77,47 254,61 40,22 3,62

**ОБЕД**

|          |                                            |        |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |        |      |
|----------|--------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|--------|------|
| 43/2018  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 100    | 1,62  | 6,29  | 11,76 | 110,60 | 0,09 | 0,06 | 14,57 |      | 15,44 | 50,55  | 21,32  | 0,80 |
| 95/2018  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,<br>СМЕТАНОЙ  | 250/10 | 2,07  | 6,67  | 12,81 | 119,50 | 0,06 | 0,07 | 19,99 | 15,0 | 49,43 | 57,15  | 25,38  | 1,18 |
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ                           | 100    | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85  | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58  | 1,41 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                 | 180    | 6,84  | 7,72  | 30,89 | 220,42 | 0,23 | 0,12 | 3,89  | 28,8 | 43,44 | 169,38 | 109,85 | 3,88 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 200    | 0,44  | 0,02  | 21,78 | 89,06  |      | 0,01 | 0,40  |      | 22,50 | 15,40  | 6,00   | 1,23 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30     | 2,28  | 0,24  | 14,76 | 70,32  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,00  | 19,50  | 4,20   | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 45     | 3,51  | 0,63  | 16,79 | 86,85  | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35 | 47,70  | 11,25  | 1,40 |

Итого по подменю: 118,18

32,67 39,09 119,16 959,53 0,57 0,45 40,70 71,6 202,95 529,91 201,58 10,43

Итого за день:

60,73 60,88 220,70 1673,97 0,84 0,65 44,40 122,6 280,42 784,52 241,80 14,05

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 14.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена

| № рецеп. | Наименование блюда          | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      | Минеральные вещества, мг |       |        |       |      |
|----------|-----------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------------------------|-------|--------|-------|------|
|          |                             |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг                   | Са    | Мg     | Fe    |      |
| ЗАВТРАК  |                             |       |                     |       |       |                   |              |      |      |                          |       |        |       |      |
| 347/2018 | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ"          | 90    | 14,32               | 11,76 | 12,43 | 212,86            | 0,07         | 0,12 | 0,74 | 13,81                    | 31,57 | 134,74 | 17,41 | 1,52 |
| 256/2018 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150   | 5,64                | 6,19  | 36,01 | 222,32            | 0,09         | 0,03 |      | 26,8                     | 20,50 | 48,26  | 8,71  | 0,90 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ               | 200   | 0,06                | 0,01  | 10,20 | 41,11             |              |      | 2,88 |                          | 3,19  | 1,59   | 0,87  | 0,07 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..            | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52 | 140,64            | 0,07         | 0,02 |      |                          | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 51,01 руб. 24,58 18,44 88,16 616,93 0,23 0,17 3,62 40,6 67,26 223,59 35,39 3,15

**ОБЕД**

|          |                                         |        |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|-----------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 43/2018  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 60     | 0,97  | 3,77  | 7,06  | 66,36  | 0,05 | 0,03 | 8,74  |      | 9,27  | 30,33  | 12,79 | 0,48 |
| 95/2018  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ  | 200/10 | 1,71  | 5,63  | 10,32 | 98,81  | 0,05 | 0,05 | 16,00 | 15,0 | 41,27 | 46,94  | 20,48 | 0,95 |
| 209/08   | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ                         | 90     | 14,11 | 17,65 | 9,83  | 254,63 | 0,09 | 0,15 | 1,64  | 53,8 | 41,82 | 140,33 | 18,28 | 1,09 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 150    | 5,70  | 6,44  | 25,74 | 183,69 | 0,19 | 0,10 | 3,24  | 24,0 | 14,12 | 136,65 | 90,22 | 3,06 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 200    | 0,44  | 0,02  | 21,78 | 89,06  |      | 0,01 | 0,40  |      | 22,50 | 15,40  | 6,00  | 1,23 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20     | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  | 0,02 | 0,01 |       |      | 4,00  | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30     | 2,34  | 0,42  | 11,19 | 57,90  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |

Итого по подменю: 105,40 26,79 34,09 95,76 797,33 0,43 0,36 30,02 92,8 139,88 414,45 158,07 7,96

Итого за день: 51,37 52,53 183,92 1414,26 0,66 0,53 33,64 133,5 207,14 638,04 193,46 11,11

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 14.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена



| МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена |                                 |       |                     |       |        |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| N рец.                                                         | Наименование блюда              | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|                                                                |                                 |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                                        |                                 |       |                     |       |        |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
| 347/2018                                                       | КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"               | 100   | 15,92               | 13,07 | 13,81  | 236,51            | 0,08         | 0,14 | 0,82 | 15,4   | 35,08                    | 149,71 | 19,34 | 1,69 |
| 256/2018                                                       | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ* | 200   | 7,52                | 8,23  | 48,01  | 296,18            | 0,12         | 0,04 |      | 35,6   | 27,20                    | 64,31  | 11,61 | 1,20 |
| 459/2018                                                       | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                   | 200   | 0,06                | 0,01  | 10,20  | 41,11             |              |      | 2,88 |        | 3,19                     | 1,59   | 0,87  | 0,07 |
| 108/2013                                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |      |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
|                                                                |                                 |       | 28,06               | 21,79 | 101,54 | 714,44            | 0,27         | 0,20 | 3,70 | 51,0   | 77,47                    | 254,61 | 40,22 | 3,62 |

**ОБЕД**

|                          |                                           |        |       |       |        |        |      |      |       |      |        |        |        |       |
|--------------------------|-------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|-------|
| 43/2018                  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 100    | 1,62  | 6,29  | 11,76  | 110,60 | 0,09 | 0,06 | 14,57 |      | 15,44  | 50,55  | 21,32  | 0,80  |
| 95/2018                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,<br>СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,07  | 6,67  | 12,81  | 119,50 | 0,06 | 0,07 | 19,99 | 15,0 | 49,43  | 57,15  | 25,38  | 1,18  |
| 372/2018                 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ                          | 100    | 15,91 | 17,52 | 10,37  | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85  | 27,8 | 55,79  | 170,23 | 23,58  | 1,61  |
| 202/2018                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 180    | 6,84  | 7,72  | 30,89  | 220,42 | 0,23 | 0,12 | 3,89  | 28,8 | 43,44  | 169,38 | 109,85 | 3,88  |
| 495/2018                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ               | 200    | 0,44  | 0,02  | 21,78  | 89,06  |      | 0,01 | 0,40  |      | 22,50  | 15,40  | 6,00   | 1,23  |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30     | 2,28  | 0,24  | 14,76  | 70,32  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,00   | 19,50  | 4,20   | 0,33  |
| 109/2012                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 45     | 3,51  | 0,63  | 16,79  | 86,85  | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| Итого по подменю: 118,18 |                                           |        | 32,67 | 39,09 | 119,16 | 959,53 | 0,57 | 0,45 | 40,70 | 71,6 | 202,95 | 529,91 | 201,58 | 10,43 |

Итого за день

60,73 60,88 220,70 1673,97 0,84 0,65 44,40 122,6 280,42 784,52 241,80 14,05

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 14.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена

| МАОУ "Фроловская школа навигола СВЗ 7-10 лет 2 смена" |                                         |        |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |        |       |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------------------------|--------|--------|--------|-------|
| № рец.                                                | Наименование блюда                      | Выход  | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       | Минеральные вещества, мг |        |        |        |       |
|                                                       |                                         |        | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг                   | Са     | Р      | Mg     | Fe    |
| ОБЕД                                                  |                                         |        |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |        |       |
| 43/2018                                               | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 60     | 0,97                | 3,77  | 7,06   | 66,36             | 0,05         | 0,03 | 8,74  |                          | 9,27   | 30,33  | 12,79  | 0,48  |
| 95/2018                                               | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ  | 200/10 | 1,71                | 5,63  | 10,32  | 98,81             | 0,05         | 0,05 | 16,00 | 15,0                     | 41,27  | 46,94  | 20,48  | 0,95  |
| 209/08                                                | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ                         | 90     | 14,11               | 17,65 | 9,83   | 254,63            | 0,09         | 0,15 | 1,64  | 53,8                     | 41,82  | 140,33 | 18,28  | 1,09  |
| 202/2018                                              | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 150    | 5,70                | 6,44  | 25,74  | 183,69            | 0,19         | 0,10 | 3,24  | 24,0                     | 14,12  | 136,65 | 90,22  | 3,06  |
| 495/2018                                              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 200    | 0,44                | 0,02  | 21,78  | 89,06             |              | 0,01 | 0,40  |                          | 22,50  | 15,40  | 6,00   | 1,23  |
| 108/2013                                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20     | 1,52                | 0,16  | 9,84   | 46,88             | 0,02         | 0,01 |       |                          | 4,00   | 13,00  | 2,80   | 0,22  |
| 109/2013                                              | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 30     | 2,34                | 0,42  | 11,19  | 57,90             | 0,03         | 0,01 |       |                          | 6,90   | 31,80  | 7,50   | 0,93  |
| Итого по подменю: 105,40                              |                                         |        | 26,79               | 34,09 | 95,76  | 797,33            | 0,43         | 0,36 | 30,02 | 92,8                     | 139,88 | 414,45 | 158,07 | 7,96  |
| ПОЛДНИК                                               |                                         |        |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |        |       |
| 590/2013                                              | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ                    | 50     | 3,75                | 4,90  | 37,20  | 207,90            | 0,04         | 0,03 |       | 5,0                      | 14,50  | 45,00  | 10,00  | 1,05  |
| 501/2018                                              | СОК ФРУКТОВЫЙ                           | 250    | 1,25                | 0,25  | 25,25  | 108,25            | 0,03         | 0,03 | 5,00  |                          | 17,50  | 17,50  | 10,00  | 3,50  |
| Итого по подменю: 26,90 руб.                          |                                         |        | 5,00                | 5,15  | 62,45  | 316,15            | 0,07         | 0,06 | 5,00  | 5,0                      | 32,00  | 62,50  | 20,00  | 4,55  |
| Итого за день:                                        |                                         |        | 31,79               | 39,24 | 158,21 | 1113,48           | 0,50         | 0,42 | 35,02 | 97,8                     | 171,88 | 476,95 | 178,07 | 12,51 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 14.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена

| МАОУ "Фроловская школа" Навигатор ОБЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена |                                        |        |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |        |       |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------------------------|--------|--------|--------|-------|
| N рец.                                                  | Наименование блюда                     | Выход  | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       | Минеральные вещества, мг |        |        |        |       |
|                                                         |                                        |        | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг                   | Са     | Р      | Mg     | Fe    |
| ОБЕД                                                    |                                        |        |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |        |       |
| 43/2018                                                 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 100    | 1,62                | 6,29  | 11,76  | 110,60            | 0,09         | 0,06 | 14,57 |                          | 15,44  | 50,55  | 21,32  | 0,80  |
| 95/2018                                                 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,07                | 6,67  | 12,81  | 119,50            | 0,06         | 0,07 | 19,99 | 15,0                     | 49,43  | 57,15  | 25,38  | 1,18  |
| 372/2018                                                | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ                       | 100    | 15,91               | 17,52 | 10,37  | 262,78            | 0,11         | 0,17 | 1,85  | 27,8                     | 55,79  | 170,23 | 23,58  | 1,61  |
| 202/2018                                                | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ             | 180    | 6,84                | 7,72  | 30,89  | 220,42            | 0,23         | 0,12 | 3,89  | 28,8                     | 43,44  | 169,38 | 109,85 | 3,88  |
| 495/2018                                                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 200    | 0,44                | 0,02  | 21,78  | 89,06             |              | 0,01 | 0,40  |                          | 22,50  | 15,40  | 6,00   | 1,23  |
| 108/2013                                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 30     | 2,28                | 0,24  | 14,76  | 70,32             | 0,03         | 0,01 |       |                          | 6,00   | 19,50  | 4,20   | 0,33  |
| 109/2012                                                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 45     | 3,51                | 0,63  | 16,79  | 86,85             | 0,05         | 0,01 |       |                          | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
|                                                         |                                        |        | 32,67               | 39,09 | 119,16 | 959,53            | 0,57         | 0,45 | 40,70 | 71,6                     | 202,95 | 529,91 | 201,58 | 10,43 |

**ПОЛДНИК**

|                              |                      |     |      |      |       |        |      |      |      |     |       |       |       |      |
|------------------------------|----------------------|-----|------|------|-------|--------|------|------|------|-----|-------|-------|-------|------|
| 590/2013                     | кондитерское изделие | 50  | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 |      | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 501/2018                     | сок фруктовый        | 250 | 1,25 | 0,25 | 25,25 | 108,25 | 0,03 | 0,03 | 5,00 |     | 17,50 | 17,50 | 10,00 | 3,50 |
| Итого по подменю: 31,11 руб. |                      |     | 5,00 | 5,15 | 62,45 | 316,15 | 0,07 | 0,06 | 5,00 | 5,0 | 32,00 | 62,50 | 20,00 | 4,55 |

Итого за день: 37,67 44,24 181,61 1275,68 0,64 0,51 45,70 76,6 234,95 592,41 221,58 14,98

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 15.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

| N рец.   | Наименование блюда             | Выход | Пищевые вещества, г |      |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      | Минеральные вещества, мг |        |        |       |      |
|----------|--------------------------------|-------|---------------------|------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
|          |                                |       | Б                   | Ж    | У     |                   | В1           | В2   | С    | А мкг                    | Ca     | P      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК  |                                |       |                     |      |       |                   |              |      |      |                          |        |        |       |      |
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250   | 6,62                | 8,39 | 33,13 | 234,49            | 0,14         | 0,21 | 1,46 | 44,7                     | 149,59 | 184,91 | 34,55 | 1,52 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ             | 80    | 5,66                | 7,16 | 48,24 | 280,04            | 0,09         | 0,06 | 0,09 | 34,7                     | 21,55  | 58,02  | 9,31  | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200   | 2,81                | 2,51 | 14,74 | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30 | 20,0                     | 120,56 | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..               | 60    | 4,56                | 0,48 | 29,52 | 140,64            | 0,07         | 0,02 |      |                          | 12,00  | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 105,00 19,65 18,54 125,63 747,92 0,34 0,44 2,85 102,4 303,70 372,11 66,29 3,05

**ОБЕД**

|          |                                    |     |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 9/2018   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ  | 100 | 1,61  | 6,10  | 8,25  | 94,27  | 0,02 | 0,02 | 25,36 |      | 42,23 | 31,09  | 14,39 | 0,58 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,37  | 3,06  | 24,83 | 140,28 | 0,15 | 0,08 | 21,48 |      | 24,93 | 79,28  | 30,05 | 1,27 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ                     | 220 | 20,16 | 24,98 | 19,92 | 385,14 | 0,23 | 0,24 | 25,44 | 38,4 | 35,69 | 230,00 | 51,80 | 2,49 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200 |       |       | 9,98  | 39,92  |      |      |       |      | 0,31  | 0,01   |       | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 45  | 3,51  | 0,63  | 16,79 | 86,85  | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35 | 47,70  | 11,25 | 1,40 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                   | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 115,00 33,21 35,25 109,29 887,10 0,52 0,37 72,28 38,4 125,51 427,08 115,89 6,43

Итого за день: 52,86 53,79 234,92 1635,02 0,86 0,81 75,13 140,8 429,21 799,19 182,18 9,48

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 15.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот 7-10 лет

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   | Минеральные вещества, мг |      |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------------------------|------|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А, мкг                   | Са * | Р | Mg | Fe |

**ЗАВТРАК**

|          |                                |     |      |      |       |        |      |      |      |      |        |        |       |      |
|----------|--------------------------------|-----|------|------|-------|--------|------|------|------|------|--------|--------|-------|------|
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,30 | 6,68 | 26,44 | 187,00 | 0,11 | 0,17 | 1,17 | 38,0 | 123,03 | 148,50 | 27,82 | 1,24 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ             | 80  | 5,66 | 7,16 | 48,24 | 280,04 | 0,09 | 0,06 | 0,09 | 34,7 | 21,55  | 58,02  | 9,31  | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75  | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 40  | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76  | 0,04 | 0,01 |      |      | 8,00   | 26,00  | 5,60  | 0,44 |

Итого по подменю: 105,40      16,81    16,67    109,10    653,55    0,28    0,39    2,56    92,7    273,14    322,70    56,76    2,55

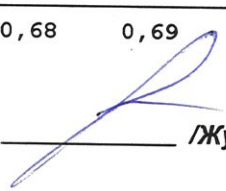
**ОБЕД**

|          |                                    |     |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 9/2018   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ  | 60  | 0,96  | 3,66  | 4,95  | 56,56  | 0,01 | 0,01 | 15,21 |      | 25,33 | 18,65  | 8,63  | 0,35 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,29  | 2,37  | 16,60 | 96,86  | 0,09 | 0,05 | 13,18 |      | 17,94 | 51,82  | 19,44 | 0,83 |
| 376/2018 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ *                    | 180 | 18,15 | 22,47 | 17,93 | 346,54 | 0,20 | 0,21 | 22,88 | 34,5 | 32,04 | 206,97 | 46,59 | 2,24 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200 |       |       | 9,98  | 39,92  |      |      |       |      | 0,31  | 0,01   |       | 0,03 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 30  | 2,34  | 0,42  | 11,19 | 57,90  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                   | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 105,40      28,30    29,40    90,17    738,42    0,40    0,30    51,27    34,5    94,52    348,25    90,56    5,04

Итого за день:      45,11    46,07    199,27    1391,97    0,68    0,69    53,83    127,3    367,66    670,95    147,32    7,59

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 15.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л

| № рец.   | Наименование блюда             | Выход | Пищевые вещества, г |      |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|----------|--------------------------------|-------|---------------------|------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
|          |                                |       | Б                   | Ж    | У     |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК  |                                |       |                     |      |       |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250   | 6,62                | 8,39 | 33,13 | 234,49            | 0,14         | 0,21 | 1,46 | 47,7   | 149,59                   | 184,91 | 34,55 | 1,52 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ             | 80    | 5,66                | 7,16 | 48,24 | 280,04            | 0,09         | 0,06 | 0,09 | 34,7   | 21,55                    | 58,02  | 9,31  | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200   | 2,81                | 2,51 | 14,74 | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30 | 20,0   | 120,56                   | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..               | 60    | 4,56                | 0,48 | 29,52 | 140,64            | 0,07         | 0,02 |      |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 118,18

19,65 18,54 125,63 747,92 0,34 0,44 2,85 102,4 303,70 372,11 66,29 3,05

**ОБЕД**

|          |                                    |     |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 9/2018   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ  | 100 | 1,61  | 6,10  | 8,25  | 94,27  | 0,02 | 0,02 | 25,36 |      | 42,23 | 31,09  | 14,39 | 0,58 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,37  | 3,06  | 24,83 | 140,28 | 0,15 | 0,08 | 21,48 |      | 24,93 | 79,28  | 30,05 | 1,27 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ                     | 220 | 20,16 | 24,98 | 19,92 | 385,14 | 0,23 | 0,24 | 25,44 | 38,4 | 35,69 | 230,00 | 51,80 | 2,49 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200 |       |       | 9,98  | 39,92  |      |      |       |      | 0,31  | 0,01   |       | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 45  | 3,51  | 0,63  | 16,79 | 86,85  | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35 | 47,70  | 11,25 | 1,40 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                   | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 118,18

33,21 35,25 109,29 887,10 0,52 0,37 72,28 38,4 125,51 427,08 115,89 6,43

Итого за день:

52,86 53,79 234,92 1635,02 0,86 0,81 75,13 140,8 429,21 799,19 182,18 9,48

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 15.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена

| МАОУ "Фроловская средняя школа" Навигатор ОБЗР-10лет 1 смена |                                |       |                     |       |        |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| N рец.                                                       | Наименование блюда             | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|                                                              |                                |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                                      |                                |       |                     |       |        |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
| 230/2018                                                     | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200   | 5,30                | 6,68  | 26,44  | 187,00            | 0,11         | 0,17 | 1,17 | 38,0   | 123,03                   | 148,50 | 27,82 | 1,24 |
| 544/2018                                                     | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ             | 80    | 5,66                | 7,16  | 48,24  | 280,04            | 0,09         | 0,06 | 0,09 | 34,7   | 21,55                    | 58,02  | 9,31  | 0,74 |
| 465/2018                                                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200   | 2,81                | 2,51  | 14,74  | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30 | 20,0   | 120,56                   | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013                                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68  | 93,76             | 0,04         | 0,01 |      |        | 8,00                     | 26,00  | 5,60  | 0,44 |
|                                                              |                                |       | 16,81               | 16,67 | 109,10 | 653,55            | 0,28         | 0,39 | 2,56 | 92,7   | 273,14                   | 322,70 | 56,76 | 2,55 |

**ОБЕД**

|                          |                                    |     |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|--------------------------|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 9/2018                   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ  | 60  | 0,96  | 3,66  | 4,95  | 56,56  | 0,01 | 0,01 | 15,21 |      | 25,33 | 18,65  | 8,63  | 0,35 |
| 116/2018                 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,29  | 2,37  | 16,60 | 96,86  | 0,09 | 0,05 | 13,18 |      | 17,94 | 51,82  | 19,44 | 0,83 |
| 376/2018                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ *                    | 180 | 18,15 | 22,47 | 17,93 | 346,54 | 0,20 | 0,21 | 22,88 | 34,5 | 32,04 | 206,97 | 46,59 | 2,24 |
| 457/2018                 | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200 |       |       | 9,98  | 39,92  |      |      |       |      | 0,31  | 0,01   |       | 0,03 |
| 109/2013                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 30  | 2,34  | 0,42  | 11,19 | 57,90  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                   | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
| Итого по подменю: 105,40 |                                    |     | 28,30 | 29,40 | 90,17 | 738,42 | 0,40 | 0,30 | 51,27 | 34,5 | 94,52 | 348,25 | 90,56 | 5,04 |

Итого за день: 45,11 46,07 199,27 1391,97 0,68 0,69 53,83 127,3 367,66 670,95 147,32 7,59

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

Меню на 15.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| N рец.                       | Наименование блюда             | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|------------------------------|--------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
|                              |                                |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                      |                                |       |                     |       |        |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
| 230/2018                     | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250   | 6,62                | 8,39  | 33,13  | 234,49            | 0,14         | 0,21 | 1,46 | 47,7   | 149,59                   | 184,91 | 34,55 | 1,52 |
| 544/2018                     | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ             | 80    | 5,66                | 7,16  | 48,24  | 280,04            | 0,09         | 0,06 | 0,09 | 34,7   | 21,55                    | 58,02  | 9,31  | 0,74 |
| 465/2018                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200   | 2,81                | 2,51  | 14,74  | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30 | 20,0   | 120,56                   | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..               | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |      |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
| Итого по подменю: 62,36 руб. |                                |       | 19,65               | 18,54 | 125,63 | 747,92            | 0,34         | 0,44 | 2,85 | 102,4  | 303,70                   | 372,11 | 66,29 | 3,05 |

**ОБЕД**

|                          |                                    |     |       |       |        |        |      |      |       |      |        |        |        |      |
|--------------------------|------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| 9/2018                   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ  | 100 | 1,61  | 6,10  | 8,25   | 94,27  | 0,02 | 0,02 | 25,36 |      | 42,23  | 31,09  | 14,39  | 0,58 |
| 116/2018                 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,37  | 3,06  | 24,83  | 140,28 | 0,15 | 0,08 | 21,48 |      | 24,93  | 79,28  | 30,05  | 1,27 |
| 376/2018                 | РАГУ С КУРИЦЕЙ                     | 220 | 20,16 | 24,98 | 19,92  | 385,14 | 0,23 | 0,24 | 25,44 | 38,4 | 35,69  | 230,00 | 51,80  | 2,49 |
| 457/2018                 | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200 |       |       | 9,98   | 39,92  |      |      |       |      | 0,31   | 0,01   |        | 0,03 |
| 109/2012                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 45  | 3,51  | 0,63  | 16,79  | 86,85  | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                   | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52  | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: 118,18 |                                    |     | 33,21 | 35,25 | 109,29 | 887,10 | 0,52 | 0,37 | 72,28 | 38,4 | 125,51 | 427,08 | 115,89 | 6,43 |

Итого за день:

52,86 53,79 234,92 1635,02 0,86 0,81 75,13 140,8 429,21 799,19 182,18 9,48

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 15.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа" "Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена

| МАОУ "Фроловская школа" Навигатор "ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена" |                                    |       |                     |       |       |                   |              |      |       |                          |       |        |       |      |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------------------------|-------|--------|-------|------|
| N рец.                                                   | Наименование блюда                 | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       | Минеральные вещества, мг |       |        |       |      |
|                                                          |                                    |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг                   | Ca    | P      | Mg    | Fe   |
| ОБЕД                                                     |                                    |       |                     |       |       |                   |              |      |       |                          |       |        |       |      |
| 9/2018                                                   | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ  | 60    | 0,96                | 3,66  | 4,95  | 56,56             | 0,01         | 0,01 | 15,21 |                          | 25,33 | 18,65  | 8,63  | 0,35 |
| 116/2018                                                 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200   | 2,29                | 2,37  | 16,60 | 96,86             | 0,09         | 0,05 | 13,18 |                          | 17,94 | 51,82  | 19,44 | 0,83 |
| 376/2018                                                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ *                    | 180   | 18,15               | 22,47 | 17,93 | 346,54            | 0,20         | 0,21 | 22,88 | 34,5                     | 32,04 | 206,97 | 46,59 | 2,24 |
| 457/2018                                                 | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200   |                     |       | 9,98  | 39,92             |              |      |       |                          | 0,31  | 0,01   |       | 0,03 |
| 109/2013                                                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 30    | 2,34                | 0,42  | 11,19 | 57,90             | 0,03         | 0,01 |       |                          | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |
| 108/2013                                                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                   | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52 | 140,64            | 0,07         | 0,02 |       |                          | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
| Итого по подменю: 105,40                                 |                                    |       | 28,30               | 29,40 | 90,17 | 738,42            | 0,40         | 0,30 | 51,27 | 34,5                     | 94,52 | 348,25 | 90,56 | 5,04 |

**ПОЛДНИК**

|                              |                                     |     |      |      |       |        |      |      |      |     |       |       |       |      |
|------------------------------|-------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|------|------|------|-----|-------|-------|-------|------|
| 590/2013                     | кондитерское изделие                | 50  | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 |      | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 492/2018                     | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 250 | 0,28 | 0,06 | 14,29 | 58,81  | 0,01 | 0,01 | 6,88 |     | 8,38  | 5,25  | 3,13  | 0,39 |
| Итого по подменю: 26,90 руб. |                                     |     | 4,03 | 4,96 | 51,49 | 266,71 | 0,05 | 0,04 | 6,88 | 5,0 | 22,88 | 50,25 | 13,13 | 1,44 |

Итого за день: 32,33 34,36 141,66 1005,13 0,45 0,34 58,15 39,5 117,40 398,50 103,69 6,48

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

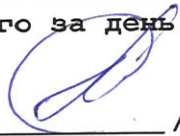
"Утверждаю"

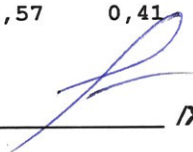
Чернякевич Е.З./

Меню на 15.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена

| № п/п                        | Наименование блюда                  | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |        |      |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|--------|------|
|                              |                                     |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Са                       | Р      | Mg     | Fe   |
| ОБЕД                         |                                     |       |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |        |      |
| 9/2018                       | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ   | 100   | 1,61                | 6,10  | 8,25   | 94,27             | 0,02         | 0,02 | 25,36 |        | 42,23                    | 31,09  | 14,39  | 0,58 |
| 116/2018                     | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ  | 250   | 3,37                | 3,06  | 24,83  | 140,28            | 0,15         | 0,08 | 21,48 |        | 24,93                    | 79,28  | 30,05  | 1,27 |
| 376/2018                     | РАГУ С КУРИЦЕЙ                      | 220   | 20,16               | 24,98 | 19,92  | 385,14            | 0,23         | 0,24 | 25,44 | 38,4   | 35,69                    | 230,00 | 51,80  | 2,49 |
| 457/2018                     | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200   |                     |       | 9,98   | 39,92             |              |      |       |        | 0,31                     | 0,01   |        | 0,03 |
| 109/2012                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45    | 3,51                | 0,63  | 16,79  | 86,85             | 0,05         | 0,01 |       |        | 10,35                    | 47,70  | 11,25  | 1,40 |
| 108/2013                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |       |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: 118,18     |                                     |       | 33,21               | 35,25 | 109,29 | 887,10            | 0,52         | 0,37 | 72,28 | 38,4   | 125,51                   | 427,08 | 115,89 | 6,43 |
| ПОЛДНИК                      |                                     |       |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |        |      |
| 590/2013                     | кондитерское изделие                | 50    | 3,75                | 4,90  | 37,20  | 207,90            | 0,04         | 0,03 |       | 5,0    | 14,50                    | 45,00  | 10,00  | 1,05 |
| 492/2018                     | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 250   | 0,28                | 0,06  | 14,29  | 58,81             | 0,01         | 0,01 | 6,88  |        | 8,38                     | 5,25   | 3,13   | 0,39 |
| Итого по подменю: 31,11 руб. |                                     |       | 4,03                | 4,96  | 51,49  | 266,71            | 0,05         | 0,04 | 6,88  | 5,0    | 22,88                    | 50,25  | 13,13  | 1,44 |
| Итого за день:               |                                     |       | 37,24               | 40,21 | 160,78 | 1153,81           | 0,57         | 0,41 | 79,16 | 43,4   | 148,39                   | 477,33 | 129,02 | 7,87 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 16.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

| МБОУ Фроловская средняя школа. Навигатор 11-12 лет |                               |       |                     |       |       |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |
|----------------------------------------------------|-------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| N рец.                                             | Наименование блюда            | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|                                                    |                               |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Ca *                     | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                            |                               |       |                     |       |       |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |
| 372/2018                                           | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ              | 100   | 15,91               | 17,52 | 10,37 | 262,78            | 0,11         | 0,17 | 1,85  | 27,8   | 55,79                    | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 377/2018                                           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ             | 180   | 3,83                | 8,05  | 26,07 | 192,02            | 0,19         | 0,16 | 30,69 | 38,2   | 51,38                    | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 461/2018                                           | ЧАЙ КАРКАДЕ                   | 200   |                     |       | 14,98 | 59,94             |              |      |       |        | 0,45                     |        |       | 0,05 |
| 590/2013                                           | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ) | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88 | 165,80            | 0,04         | 0,02 |       | 26,0   | 16,40                    | 34,80  | 6,00  | 0,40 |
| 108/2013                                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..              | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52 | 140,64            | 0,07         | 0,02 |       |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 105,00

27,70 30,57 108,82 821,18 0,41 0,37 32,54 92,0 136,02 359,15 76,76 4,14

### ОБЕД

|          |                                        |     |       |       |       |        |      |      |       |      |        |        |       |      |
|----------|----------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| 47/2018  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                       | 100 | 1,38  | 6,18  | 8,55  | 95,98  | 0,06 | 0,04 | 10,50 |      | 23,68  | 45,00  | 20,04 | 0,86 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ               | 250 | 7,82  | 15,06 | 16,60 | 233,20 | 0,11 | 0,14 | 16,55 | 15,2 | 38,66  | 152,71 | 42,45 | 1,55 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ                      | 100 | 19,37 | 14,48 | 14,37 | 265,28 | 0,07 | 0,14 |       | 28,4 | 13,11  | 175,08 | 21,42 | 2,53 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                        | 180 | 4,36  | 7,03  | 18,76 | 155,72 | 0,08 | 0,11 | 94,59 | 32,8 | 110,84 | 81,90  | 41,59 | 1,56 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД<br>ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22  | 0,05  | 11,43 | 47,05  | 0,01 | 0,01 | 5,50  |      | 6,70   | 4,20   | 2,50  | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 45  | 3,51  | 0,63  | 16,79 | 86,85  | 0,05 | 0,01 |       |      | 10,35  | 47,70  | 11,25 | 1,40 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                       | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00  | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 115,00

41,22 43,91 116,02 1024,72 0,45 0,47 127,14 76,4 215,34 545,59 147,65 8,87

Итого за день:

68,92 74,48 224,84 1845,90 0,86 0,84 159,68 168,4 351,36 904,74 224,41 13,01

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 16.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот7-10лет

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   |        | Минеральные вещества, мг |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------|--------------------------|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А, мкг | Са                       | Р | Mg | Fe |

### ЗАВТРАК

|                          |                              |     |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|--------------------------|------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 372/2018                 | БИТОЧЕК ИЗ ПТИЦЫ             | 90  | 14,31 | 15,74 | 9,79  | 238,04 | 0,09 | 0,14 | 1,66  | 31,8 | 41,70 | 140,88 | 18,58 | 1,10 |
| 377/2018                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ            | 150 | 3,19  | 6,68  | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90  | 32,31 | 1,19 |
| 461/2018                 | ЧАЙ КАРКАДЕ                  | 200 |       |       | 14,98 | 59,94  |      |      |       |      | 0,45  |        |       | 0,05 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40  | 3,04  | 0,32  | 19,68 | 93,76  | 0,04 | 0,01 |       |      | 8,00  | 26,00  | 5,60  | 0,44 |
| 590/2012                 | кондитерское изделие (вафли) | 40  | 1,12  | 1,32  | 30,92 | 140,04 | 0,01 | 0,02 |       | 0,8  | 6,40  | 14,40  | 4,00  | 0,60 |
| Итого по подменю: 105,40 |                              |     | 21,66 | 24,06 | 97,09 | 691,54 | 0,30 | 0,30 | 27,23 | 64,3 | 99,29 | 277,18 | 60,49 | 3,38 |

### ОБЕД

|                          |                                        |     |       |       |        |         |      |      |        |       |        |        |        |       |
|--------------------------|----------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|------|------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 47/2018                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                       | 60  | 0,83  | 3,71  | 5,13   | 57,58   | 0,03 | 0,03 | 6,30   |       | 14,14  | 26,98  | 12,01  | 0,51  |
| 123/2018                 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ               | 200 | 6,29  | 12,02 | 13,46  | 187,12  | 0,09 | 0,11 | 13,43  | 12,0  | 31,56  | 123,46 | 34,25  | 1,26  |
| 189/2008                 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ                      | 90  | 18,14 | 13,68 | 14,16  | 252,30  | 0,08 | 0,17 | 0,33   | 30,7  | 42,65  | 180,67 | 22,88  | 2,30  |
| 380/2018                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                        | 150 | 3,63  | 5,83  | 15,60  | 129,38  | 0,07 | 0,09 | 78,81  | 27,2  | 92,29  | 68,17  | 34,64  | 1,30  |
| 492/2018                 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД<br>ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22  | 0,05  | 11,43  | 47,05   | 0,01 | 0,01 | 5,50   |       | 6,70   | 4,20   | 2,50   | 0,31  |
| 109/2013                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 30  | 2,34  | 0,42  | 11,19  | 57,90   | 0,03 | 0,01 |        |       | 6,90   | 31,80  | 7,50   | 0,93  |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                       | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52  | 140,64  | 0,07 | 0,02 |        |       | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66  |
| Итого по подменю: 105,40 |                                        |     | 36,01 | 36,19 | 100,49 | 871,97  | 0,38 | 0,44 | 104,37 | 69,9  | 206,24 | 474,28 | 122,18 | 7,27  |
| Итого за день:           |                                        |     | 57,67 | 60,25 | 197,58 | 1563,51 | 0,68 | 0,74 | 131,60 | 134,3 | 305,53 | 751,46 | 182,67 | 10,65 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

## Меню на 16.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л

| N рец.                   | Наименование блюда            | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|--------------------------|-------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
|                          |                               |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                  |                               |       |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |
| 372/2018                 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ              | 100   | 15,91               | 17,52 | 10,37  | 262,78            | 0,11         | 0,17 | 1,85  | 27,8   | 55,79                    | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 377/2018                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ             | 180   | 3,83                | 8,05  | 26,07  | 192,02            | 0,19         | 0,16 | 30,69 | 38,2   | 51,38                    | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 461/2018                 | ЧАЙ КАРКАДЕ                   | 200   |                     |       | 14,98  | 59,94             |              |      |       |        | 0,45                     |        |       | 0,05 |
| 590/2013                 | кондитерское изделие(печенье) | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88  | 165,80            | 0,04         | 0,02 |       | 26,0   | 16,40                    | 34,80  | 6,00  | 0,40 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..              | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |       |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
| Итого по подменю: 118,18 |                               |       | 27,70               | 30,57 | 108,82 | 821,18            | 0,41         | 0,37 | 32,54 | 92,0   | 136,02                   | 359,15 | 76,76 | 4,14 |

**ОБЕД**

|                          |                                     |     |       |       |        |         |      |      |        |       |        |        |        |       |
|--------------------------|-------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|------|------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 47/2018                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                    | 100 | 1,38  | 6,18  | 8,55   | 95,98   | 0,06 | 0,04 | 10,50  |       | 23,68  | 45,00  | 20,04  | 0,86  |
| 123/2018                 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ            | 250 | 7,82  | 15,06 | 16,60  | 233,20  | 0,11 | 0,14 | 16,55  | 15,2  | 38,66  | 152,71 | 42,45  | 1,55  |
| 189/2008                 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ                   | 100 | 19,37 | 14,48 | 14,37  | 265,28  | 0,07 | 0,14 |        | 28,4  | 13,11  | 175,08 | 21,42  | 2,53  |
| 380/2018                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                     | 180 | 4,36  | 7,03  | 18,76  | 155,72  | 0,08 | 0,11 | 94,59  | 32,8  | 110,84 | 81,90  | 41,59  | 1,56  |
| 492/2018                 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22  | 0,05  | 11,43  | 47,05   | 0,01 | 0,01 | 5,50   |       | 6,70   | 4,20   | 2,50   | 0,31  |
| 109/2012                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45  | 3,51  | 0,63  | 16,79  | 86,85   | 0,05 | 0,01 |        |       | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40  |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52  | 140,64  | 0,07 | 0,02 |        |       | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66  |
| Итого по подменю: 118,18 |                                     |     | 41,22 | 43,91 | 116,02 | 1024,72 | 0,45 | 0,47 | 127,14 | 76,4  | 215,34 | 545,59 | 147,65 | 8,87  |
| Итого за день:           |                                     |     | 68,92 | 74,48 | 224,84 | 1845,90 | 0,86 | 0,84 | 159,68 | 168,4 | 351,36 | 904,74 | 224,41 | 13,01 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Черныкевич Е.З./

Меню на 16.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена

| № рецеп. | Наименование блюда           | Выход | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |  |
|----------|------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|--|
|          |                              |       | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |  |
| ЗАВТРАК  |                              |       |                     |       |       |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |  |
| 372/2018 | БИТОЧЕК ИЗ ПТИЦЫ             | 90    | 14,31               | 15,74 | 9,79  | 238,04            | 0,09         | 0,14 | 1,66  | 31,8   | 41,70                    | 140,88 | 18,58 | 1,10 |  |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ            | 150   | 3,19                | 6,68  | 21,72 | 159,76            | 0,16         | 0,13 | 25,57 | 31,7   | 42,74                    | 95,90  | 32,31 | 1,19 |  |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ                  | 200   |                     |       | 14,98 | 59,94             |              |      |       |        | 0,45                     |        |       | 0,05 |  |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68 | 93,76             | 0,04         | 0,01 |       |        | 8,00                     | 26,00  | 5,60  | 0,44 |  |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ) | 40    | 1,12                | 1,32  | 30,92 | 140,04            | 0,01         | 0,02 |       | 0,8    | 6,40                     | 14,40  | 4,00  | 0,60 |  |

Итого по подменю: 51,01 руб.

21,66 24,06 97,09 691,54 0,30 0,30 27,23 64,3 99,29 277,18 60,49 3,38

**ОБЕД**

|          |                                        |     |       |       |       |        |      |      |       |      |       |        |       |      |
|----------|----------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 47/2018  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                       | 60  | 0,83  | 3,71  | 5,13  | 57,58  | 0,03 | 0,03 | 6,30  |      | 14,14 | 26,98  | 12,01 | 0,51 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ               | 200 | 6,29  | 12,02 | 13,46 | 187,12 | 0,09 | 0,11 | 13,43 | 12,0 | 31,56 | 123,46 | 34,25 | 1,26 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ                      | 90  | 18,14 | 13,68 | 14,16 | 252,30 | 0,08 | 0,17 | 0,33  | 30,7 | 42,65 | 180,67 | 22,88 | 2,30 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                        | 150 | 3,63  | 5,83  | 15,60 | 129,38 | 0,07 | 0,09 | 78,81 | 27,2 | 92,29 | 68,17  | 34,64 | 1,30 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД<br>ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22  | 0,05  | 11,43 | 47,05  | 0,01 | 0,01 | 5,50  |      | 6,70  | 4,20   | 2,50  | 0,31 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 30  | 2,34  | 0,42  | 11,19 | 57,90  | 0,03 | 0,01 |       |      | 6,90  | 31,80  | 7,50  | 0,93 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                       | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 |       |      | 12,00 | 39,00  | 8,40  | 0,66 |

Итого по подменю: 105,40

36,01 36,19 100,49 871,97 0,38 0,44 104,37 69,9 206,24 474,28 122,18 7,27

Итого за день:

57,67 60,25 197,58 1563,51 0,68 0,74 131,60 134,3 305,53 751,46 182,67 10,65

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 16.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ 11-18л 1 смена |                               |       |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |  |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|--|
| N рец.                                                     | Наименование блюда            | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |  |
|                                                            |                               |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |  |
| ЗАВТРАК                                                    |                               |       |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |  |
| 372/2018                                                   | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ              | 100   | 15,91               | 17,52 | 10,37  | 262,78            | 0,11         | 0,17 | 1,85  | 27,8   | 55,79                    | 170,23 | 23,58 | 1,61 |  |
| 377/2018                                                   | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ             | 180   | 3,83                | 8,05  | 26,07  | 192,02            | 0,19         | 0,16 | 30,69 | 38,2   | 51,38                    | 115,12 | 38,78 | 1,42 |  |
| 461/2018                                                   | ЧАЙ КАРКАДЕ                   | 200   |                     |       | 14,98  | 59,94             |              |      |       |        | 0,45                     |        |       | 0,05 |  |
| 590/2013                                                   | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ) | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88  | 165,80            | 0,04         | 0,02 |       | 26,0   | 16,40                    | 34,80  | 6,00  | 0,40 |  |
| 108/2013                                                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..              | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |       |        | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |  |
|                                                            |                               |       | 27,70               | 30,57 | 108,82 | 821,18            | 0,41         | 0,37 | 32,54 | 92,0   | 136,02                   | 359,15 | 76,76 | 4,14 |  |

**ОБЕД**

|                          |                                     |     |       |       |        |         |      |      |        |      |        |        |        |      |
|--------------------------|-------------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|------|------|--------|------|--------|--------|--------|------|
| 47/2018                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                    | 100 | 1,38  | 6,18  | 8,55   | 95,98   | 0,06 | 0,04 | 10,50  |      | 23,68  | 45,00  | 20,04  | 0,86 |
| 123/2018                 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ            | 250 | 7,82  | 15,06 | 16,60  | 233,20  | 0,11 | 0,14 | 16,55  | 15,2 | 38,66  | 152,71 | 42,45  | 1,55 |
| 189/2008                 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ                   | 100 | 19,37 | 14,48 | 14,37  | 265,28  | 0,07 | 0,14 |        | 28,4 | 13,11  | 175,08 | 21,42  | 2,53 |
| 380/2018                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                     | 180 | 4,36  | 7,03  | 18,76  | 155,72  | 0,08 | 0,11 | 94,59  | 32,8 | 110,84 | 81,90  | 41,59  | 1,56 |
| 492/2018                 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22  | 0,05  | 11,43  | 47,05   | 0,01 | 0,01 | 5,50   |      | 6,70   | 4,20   | 2,50   | 0,31 |
| 109/2012                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45  | 3,51  | 0,63  | 16,79  | 86,85   | 0,05 | 0,01 |        |      | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60  | 4,56  | 0,48  | 29,52  | 140,64  | 0,07 | 0,02 |        |      | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: 118,18 |                                     |     | 41,22 | 43,91 | 116,02 | 1024,72 | 0,45 | 0,47 | 127,14 | 76,4 | 215,34 | 545,59 | 147,65 | 8,87 |

Итого за день:

68,92 74,48 224,84 1845,90 0,86 0,84 159,68 168,4 351,36 904,74 224,41 13,01

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 16.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена



| МАОУ "Фроловская школа" Навигатор ОБЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена |                                        |       |                     |       |        |                   |              |      |        |                          |        |        |        |      |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|--------|--------------------------|--------|--------|--------|------|
| № рецеп.                                               | Наименование блюда                     | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |        | Минеральные вещества, мг |        |        |        |      |
|                                                        |                                        |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С      | А, мкг                   | Ca     | P      | Mg     | Fe   |
| ОБЕД                                                   |                                        |       |                     |       |        |                   |              |      |        |                          |        |        |        |      |
| 47/2018                                                | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                       | 60    | 0,83                | 3,71  | 5,13   | 57,58             | 0,03         | 0,03 | 6,30   |                          | 14,14  | 26,98  | 12,01  | 0,51 |
| 123/2018                                               | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ               | 200   | 6,29                | 12,02 | 13,46  | 187,12            | 0,09         | 0,11 | 13,43  | 12,0                     | 31,56  | 123,46 | 34,25  | 1,26 |
| 189/2008                                               | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ                      | 90    | 18,14               | 13,68 | 14,16  | 252,30            | 0,08         | 0,17 | 0,33   | 30,7                     | 42,65  | 180,67 | 22,88  | 2,30 |
| 380/2018                                               | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                        | 150   | 3,63                | 5,83  | 15,60  | 129,38            | 0,07         | 0,09 | 78,81  | 27,2                     | 92,29  | 68,17  | 34,64  | 1,30 |
| 492/2018                                               | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД<br>ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200   | 0,22                | 0,05  | 11,43  | 47,05             | 0,01         | 0,01 | 5,50   |                          | 6,70   | 4,20   | 2,50   | 0,31 |
| 109/2013                                               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 30    | 2,34                | 0,42  | 11,19  | 57,90             | 0,03         | 0,01 |        |                          | 6,90   | 31,80  | 7,50   | 0,93 |
| 108/2013                                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                       | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |        |                          | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: 105,40                               |                                        |       | 36,01               | 36,19 | 100,49 | 871,97            | 0,38         | 0,44 | 104,37 | 69,9                     | 206,24 | 474,28 | 122,18 | 7,27 |
| ПОЛДНИК                                                |                                        |       |                     |       |        |                   |              |      |        |                          |        |        |        |      |
| 541/2018                                               | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                      | 60    | 5,62                | 5,78  | 34,80  | 213,64            | 0,09         | 0,05 |        | 31,7                     | 14,45  | 53,14  | 8,35   | 0,72 |
| 459/2018                                               | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                          | 250   | 0,08                | 0,01  | 12,74  | 51,35             |              |      | 3,52   |                          | 3,90   | 1,95   | 1,06   | 0,09 |
| Итого по подменю: 26,90 руб.                           |                                        |       | 5,70                | 5,79  | 47,54  | 264,99            | 0,09         | 0,05 | 3,52   | 31,7                     | 18,35  | 55,09  | 9,41   | 0,81 |
| Итого за день:                                         |                                        |       | 41,71               | 41,98 | 148,03 | 1136,96           | 0,47         | 0,49 | 107,89 | 101,6                    | 224,59 | 529,37 | 131,59 | 8,08 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 16.05.2025 года

МАОУ "Фроловская школа" Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена



| МБОУ Фроловская школа-навигатор СВЗ П-16 ЛЕТ 2 смены |                                     |       |                     |       |        |                   |              |      |        |                          |        |        |        |      |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|--------|--------------------------|--------|--------|--------|------|
| № рецеп.                                             | Наименование блюда                  | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |        | Минеральные вещества, мг |        |        |        |      |
|                                                      |                                     |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С      | А, мкг                   | Ca *   | Р      | Mg     | Fe   |
| ОБЕД                                                 |                                     |       |                     |       |        |                   |              |      |        |                          |        |        |        |      |
| 47/2018                                              | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                    | 100   | 1,38                | 6,18  | 8,55   | 95,98             | 0,06         | 0,04 | 10,50  |                          | 23,68  | 45,00  | 20,04  | 0,86 |
| 123/2018                                             | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ            | 250   | 7,82                | 15,06 | 16,60  | 233,20            | 0,11         | 0,14 | 16,55  | 15,2                     | 38,66  | 152,71 | 42,45  | 1,55 |
| 189/2008                                             | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ                   | 100   | 19,37               | 14,48 | 14,37  | 265,28            | 0,07         | 0,14 |        | 28,4                     | 13,11  | 175,08 | 21,42  | 2,53 |
| 380/2018                                             | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                     | 180   | 4,36                | 7,03  | 18,76  | 155,72            | 0,08         | 0,11 | 94,59  | 32,8                     | 110,84 | 81,90  | 41,59  | 1,56 |
| 492/2018                                             | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200   | 0,22                | 0,05  | 11,43  | 47,05             | 0,01         | 0,01 | 5,50   |                          | 6,70   | 4,20   | 2,50   | 0,31 |
| 109/2012                                             | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45    | 3,51                | 0,63  | 16,79  | 86,85             | 0,05         | 0,01 |        |                          | 10,35  | 47,70  | 11,25  | 1,40 |
| 108/2013                                             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..                    | 60    | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 140,64            | 0,07         | 0,02 |        |                          | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| Итого по подменю: 118,18                             |                                     |       | 41,22               | 43,91 | 116,02 | 1024,72           | 0,45         | 0,47 | 127,14 | 76,4                     | 215,34 | 545,59 | 147,65 | 8,87 |
| ПОЛДНИК                                              |                                     |       |                     |       |        |                   |              |      |        |                          |        |        |        |      |
| 541/2018                                             | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                   | 60    | 5,62                | 5,78  | 34,80  | 213,64            | 0,09         | 0,05 |        | 31,7                     | 14,45  | 53,14  | 8,35   | 0,72 |
| 459/2018                                             | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                       | 250   | 0,08                | 0,01  | 12,74  | 51,35             |              |      | 3,52   |                          | 3,90   | 1,95   | 1,06   | 0,09 |
| Итого по подменю: 31,11 руб.                         |                                     |       | 5,70                | 5,79  | 47,54  | 264,99            | 0,09         | 0,05 | 3,52   | 31,7                     | 18,35  | 55,09  | 9,41   | 0,81 |
| Итого за день:                                       |                                     |       | 46,92               | 49,70 | 163,56 | 1289,71           | 0,54         | 0,52 | 130,66 | 108,1                    | 233,69 | 600,68 | 157,06 | 9,68 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 17.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет



| N рец.                   | Наименование блюда           | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      | Минеральные вещества, мг |        |        |       |      |
|--------------------------|------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
|                          |                              |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг                   | Са     | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                  |                              |       |                     |       |        |                   |              |      |      |                          |        |        |       |      |
| 234/2018                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250   | 6,82                | 9,27  | 41,43  | 276,41            | 0,09         | 0,24 | 1,92 | 54,7                     | 183,95 | 192,09 | 39,78 | 0,58 |
| 75/2018                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)               | 20    | 5,12                | 5,22  |        | 67,46             | 0,01         | 0,07 | 0,14 | 46,0                     | 180,00 | 118,00 | 10,00 | 0,18 |
| 541/2018                 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ            | 80    | 7,50                | 7,77  | 46,40  | 285,50            | 0,11         | 0,07 |      | 42,5                     | 19,31  | 71,06  | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 200   | 2,81                | 2,51  | 14,74  | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30 | 20,0                     | 120,56 | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68  | 93,76             | 0,04         | 0,01 |      |                          | 8,00   | 26,00  | 5,60  | 0,44 |
| Итого по подменю: 105,00 |                              |       | 25,29               | 25,09 | 122,25 | 815,88            | 0,29         | 0,54 | 3,36 | 163,3                    | 511,82 | 497,33 | 80,57 | 2,30 |
| Итого за день:           |                              |       | 25,29               | 25,09 | 122,25 | 815,88            | 0,29         | 0,54 | 3,36 | 163,3                    | 511,82 | 497,33 | 80,57 | 2,30 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 17.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот7-10лет

| МАОУ "Фроловская средняя школа Навигатор д.11-10лет" |                              |       |                     |        |       |                   |              |       |        |        |                          |        |       |      |
|------------------------------------------------------|------------------------------|-------|---------------------|--------|-------|-------------------|--------------|-------|--------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| N рец.                                               | Наименование блюда           | Выход | Пищевые вещества, г |        |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |       |        |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|                                                      |                              |       | Б                   | Ж      | У     |                   | В1           | В2    | С      | А, мкг | Ca                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                              |                              |       |                     |        |       |                   |              |       |        |        |                          |        |       |      |
| 234/2018                                             | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200   | 5,46                | 7,38   | 33,11 | 220,67            | 0,07         | 0,20  | 1,53   | 43,6   | 147,22                   | 153,68 | 31,83 | 0,46 |
| 75/2018                                              | СЫР ПОРЦИЯ                   | 15    | 3,84                | 3,92   |       | 50,60             | 0,01         | 0,05  | 0,11   | 34,5   | 135,00                   | 88,50  | 7,50  | 0,14 |
| 541/2018                                             | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ            | 80    | 7,50                | 7,77   | 46,40 | 285,50            | 0,11         | 0,07  |        | 42,5   | 19,31                    | 71,06  | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018                                             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 200   | 2,81                | 2,51   | 14,74 | 92,75             | 0,04         | 0,15  | 1,30   | 20,0   | 120,56                   | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013                                             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40    | 3,04                | 0,32   | 19,68 | 93,76             | 0,04         | 0,01  |        |        | 8,00                     | 26,00  | 5,60  | 0,44 |
|                                                      |                              |       | 510,00              | 510,00 | 6,07  | 0,48              | 2,94         | 140,7 | 430,09 | 429,42 | 70,12                    | 2,14   |       |      |

Итого по подменю: 105,40      22,65    21,90    113,93    743,28    0,27    0,48    2,94    140,7    430,09    429,42    70,12    2,14

Итого за день:      22,65    21,90    113,93    743,28    0,27    0,48    2,94    140,7    430,09    429,42    70,12    2,14

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 17.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л



| МБОУ Фроловская средняя школа-навигатор детского центра |                              |       |                     |      |       |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
|---------------------------------------------------------|------------------------------|-------|---------------------|------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| № рец.                                                  | Наименование блюда           | Выход | Пищевые вещества, г |      |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |      |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|                                                         |                              |       | Б                   | Ж    | У     |                   | В1           | В2   | С    | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                                 |                              |       |                     |      |       |                   |              |      |      |        |                          |        |       |      |
| 234/2018                                                | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250   | 6,82                | 9,27 | 41,43 | 276,41            | 0,09         | 0,24 | 1,92 | 54,7   | 183,95                   | 192,09 | 39,78 | 0,58 |
| 75/2018                                                 | СЫР (ПОРЦИЯМИ)               | 20    | 5,12                | 5,22 |       | 67,46             | 0,01         | 0,07 | 0,14 | 46,0   | 180,00                   | 118,00 | 10,00 | 0,18 |
| 541/2018                                                | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ            | 80    | 7,50                | 7,77 | 46,40 | 285,50            | 0,11         | 0,07 |      | 42,5   | 19,31                    | 71,06  | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018                                                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 200   | 2,81                | 2,51 | 14,74 | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30 | 20,0   | 120,56                   | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013                                                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40    | 3,04                | 0,32 | 19,68 | 93,76             | 0,04         | 0,01 |      |        | 8,00                     | 26,00  | 5,60  | 0,44 |

Итого по подменю: 118,18      25,29    25,09    122,25    815,88    0,29    0,54    3,36    163,3    511,82    497,33    80,57    2,30

Итого за день:      25,29    25,09    122,25    815,88    0,29    0,54    3,36    163,3    511,82    497,33    80,57    2,30

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 17.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена



| МАОУ "Фроловская средняя школа" Навигатор ОБЗР-10лет 1 смена |                              |       |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |       |      |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
| N рец.                                                       | Наименование блюда           | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       | Минеральные вещества, мг |        |        |       |      |
|                                                              |                              |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг                   | Ca*    | P      | Mg    | Fe   |
| ЗАВТРАК                                                      |                              |       |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |       |      |
| 234/2018                                                     | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200   | 5,46                | 7,38  | 33,11  | 220,67            | 0,07         | 0,20 | 1,53  | 43,6                     | 147,22 | 153,68 | 31,83 | 0,46 |
| 75/2018                                                      | СЫР ПОРЦИЯ                   | 15    | 3,84                | 3,92  |        | 50,60             | 0,01         | 0,05 | 0,11  | 34,5                     | 135,00 | 88,50  | 7,50  | 0,14 |
| 541/2018                                                     | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ            | 80    | 7,50                | 7,77  | 46,40  | 285,50            | 0,11         | 0,07 |       | 42,5                     | 19,31  | 71,06  | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018                                                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 200   | 2,81                | 2,51  | 14,74  | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30  | 20,0                     | 120,56 | 90,18  | 14,03 | 0,13 |
| 108/2013                                                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68  | 93,76             | 0,04         | 0,01 |       |                          | 8,00   | 26,00  | 5,60  | 0,44 |
| Итого по подменю: 105,40                                     |                              |       | 22,65               | 21,90 | 113,93 | 743,28            | 0,27         | 0,48 | 2,94  | 140,7                    | 430,09 | 429,42 | 70,12 | 2,14 |
| ДОП. ПИТАНИЕ                                                 |                              |       |                     |       |        |                   |              |      |       |                          |        |        |       |      |
| 590/2013                                                     | кондитерское изделие         | 40    | 3,40                | 4,52  | 27,88  | 165,80            | 0,04         | 0,02 |       | 26,0                     | 16,40  | 34,80  | 6,00  | 0,40 |
| 82/2018                                                      | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                | 100   | 0,40                | 0,40  | 9,80   | 44,40             | 0,03         | 0,02 | 10,00 |                          | 16,00  | 11,00  | 9,00  | 2,20 |
| Итого по подменю: 51,01 руб.                                 |                              |       | 3,80                | 4,92  | 37,68  | 210,20            | 0,07         | 0,04 | 10,00 | 26,0                     | 32,40  | 45,80  | 15,00 | 2,60 |
| Итого за день:                                               |                              |       | 26,45               | 26,82 | 151,61 | 953,48            | 0,34         | 0,52 | 12,94 | 166,7                    | 462,49 | 475,22 | 85,12 | 4,74 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 17.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| N рец.                       | Наименование блюда           | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |        |      |
|------------------------------|------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|--------|------|
|                              |                              |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А, мкг | Ca                       | P      | Mg     | Fe   |
| ЗАВТРАК                      |                              |       |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |        |      |
| 234/2018                     | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250   | 6,82                | 9,27  | 41,43  | 276,41            | 0,09         | 0,24 | 1,92  | 54,7   | 183,95                   | 192,09 | 39,78  | 0,58 |
| 75/2018                      | СЫР (ПОРЦИЯМИ)               | 20    | 5,12                | 5,22  |        | 67,46             | 0,01         | 0,07 | 0,14  | 46,0   | 180,00                   | 118,00 | 10,00  | 0,18 |
| 541/2018                     | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ            | 80    | 7,50                | 7,77  | 46,40  | 285,50            | 0,11         | 0,07 |       | 42,5   | 19,31                    | 71,06  | 11,16  | 0,97 |
| 465/2018                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 200   | 2,81                | 2,51  | 14,74  | 92,75             | 0,04         | 0,15 | 1,30  | 20,0   | 120,56                   | 90,18  | 14,03  | 0,13 |
| 108/2013                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40    | 3,04                | 0,32  | 19,68  | 93,76             | 0,04         | 0,01 |       |        | 8,00                     | 26,00  | 5,60   | 0,44 |
| Итого по подменю: 118,18     |                              |       | 25,29               | 25,09 | 122,25 | 815,88            | 0,29         | 0,54 | 3,36  | 163,3  | 511,82                   | 497,33 | 80,57  | 2,30 |
| ДОП. ПИТАНИЕ                 |                              |       |                     |       |        |                   |              |      |       |        |                          |        |        |      |
| 590/2013                     | кондитерское изделие         | 50    | 3,75                | 4,90  | 37,20  | 207,90            | 0,04         | 0,03 |       | 5,0    | 14,50                    | 45,00  | 10,00  | 1,05 |
| 112/2012                     | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                | 120   | 0,48                | 0,48  | 11,76  | 53,28             | 0,04         | 0,02 | 12,00 |        | 19,20                    | 13,20  | 10,80  | 2,64 |
| Итого по подменю: 62,36 руб. |                              |       | 4,23                | 5,38  | 48,96  | 261,18            | 0,08         | 0,05 | 12,00 | 5,0    | 33,70                    | 58,20  | 20,80  | 3,69 |
| Итого за день:               |                              |       | 29,52               | 30,47 | 171,21 | 1077,06           | 0,37         | 0,59 | 15,36 | 168,3  | 545,52                   | 555,53 | 101,37 | 5,99 |

Директор \_\_\_\_\_ /Банникова Т.Н./

Зав. производством \_\_\_\_\_ /Журавлева Л.Л./