

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 09.06.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДО)

МАОУ Фроловская средняя школа Навигатор (ЛДО)															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
233/20018	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	7,45	9,23	36,33	258,22	0,20	0,19	1,46	47,7	151,50	190,56	46,83	1,18	
63/2018	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	6,67	9,50	9,88	151,73	0,03	0,08	0,14	66,0	185,20	132,50	12,80	0,41	
457/2018	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31	0,01		0,03	
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	
82/2018	ФРУКТ СВЕЖИЙ	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30	

Итого по подменю: 0,00 руб. 16,24 19,49 80,73 563,35 0,30 0,31 16,60 113,7 365,01 352,57 75,93 5,14

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
104/2018	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,00	6,69	8,95	104,01	0,06	0,06	30,01	15,0	41,63	48,43	20,69	0,75
349/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100/30	16,16	14,62	13,90	251,79	0,09	0,17	3,53	40,4	61,06	186,48	26,06	2,33
237/2018	РИС С ОВОЩАМИ	180	4,62	5,54	41,77	235,42	0,12	0,06	4,50		26,72	139,00	48,47	1,35
501/2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
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: 219,53 30,37 28,02 118,07 848,99 0,39 0,35 47,04 55,4 182,76 479,11 132,67 9,56

Итого за день: 46,61 47,51 198,80 1412,34 0,69 0,66 63,64 169,1 547,77 831,68 208,60 14,70

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 10.06.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДО)

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор" (ЛДО)															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
371/2018	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	100	18,25	21,14	8,01	295,31	0,10	0,17	2,04	56,1	29,31	176,93	24,24	1,36	
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ*	200	7,60	8,59	34,32	244,92	0,26	0,13	4,32	32,0	48,27	188,20	122,05	4,31	
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	
			32,47	30,22	82,05	721,98	0,43	0,32	9,24	88,1	92,77	405,72	155,56	6,40	

Итого по подменю: 0,00 руб.

ОБЕД														
1/2018	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100	1,76	6,09	9,85	101,31	0,03	0,04	41,79		47,15	33,08	17,73	0,63
98/2018	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	2,40	6,01	17,56	133,96	0,08	0,08	18,13	7,5	46,53	71,30	31,84	1,59
345	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	6,00	7,40	10,92	134,27					0,04			
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
486/2018	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47
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:			19,86	28,50	107,89	767,53	0,39	0,30	92,61	45,7	164,91	288,94	105,60	5,84

Итого по подменю: 219,53

Итого за день:

50,33 58,72 189,94 1489,51 0,82 0,62 101,85 133,8 257,68 694,66 261,16 12,24

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.П./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 11.06.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДО)

МАОУ "Фроловская средняя школа-навигатор" (ЛДО)														
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. 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	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: 0,00 руб.

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

ОБЕД

2/2013	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,15	10,14	10,62	138,31	0,03	0,04	21,30		29,57	29,10	18,08	0,88
100/2018	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,67	6,41	17,64	139,39	0,13	0,08	17,75	7,5	25,10	78,26	31,89	1,13
372/2018	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,91	17,52	10,90	264,90	0,10	0,16	1,85	35,4	57,30	158,87	21,31	1,31
256/2018	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,77	7,43	43,21	266,78	0,10	0,03		32,1	24,60	57,91	10,45	1,08
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
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	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22

Итого по подменю: 219,53

31,04 42,36 123,04 997,96 0,42 0,39 240,90 75,0 159,77 372,34 95,43 6,18

Итого за день:

56,33 67,45 245,29 1813,84 0,71 0,93 244,26 238,3 671,59 869,67 176,00 8,48

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 16.06.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДО)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
226/2018	КАША "ДРУЖБА"	250	6,50	9,03	35,46	249,10	0,13	0,21	1,66	50,7	164,72	177,97	38,99	0,76
72/2018	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	1,61	9,93	23,32	189,03	0,03	0,02	0,10	20,0	7,80	16,30	4,00	0,51
457/2018	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31	0,01		0,03
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
82/2018	ФРУКТ СВЕЖИЙ	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30

Итого по подменю: 0,00 руб. 11,75 19,88 103,14 638,41 0,25 0,27 16,76 70,7 204,83 236,78 62,09 5,04

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,74	4,82	21,89	153,84	0,25	0,09	17,75	20,0	42,38	117,23	43,10	2,13
349/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100/30	16,16	14,62	13,90	251,79	0,09	0,17	3,53	40,4	61,06	186,48	26,06	2,33
258/2018	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	6,43	5,14	38,17	224,65	0,12	0,06	9,31	21,6	30,22	73,43	22,45	1,35
501/2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
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: 219,53 35,92 25,75 127,41 888,05 0,58 0,38 39,59 82,0 187,01 482,34 129,06 10,94

Итого за день: 47,67 45,63 230,55 1526,46 0,83 0,65 56,35 152,7 391,84 719,12 191,15 15,98

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 17.06.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДО)

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор" (ЛДО)														
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
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 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
			28,44	31,91	68,76	679,10	0,26	0,87	7,30	393,5	338,11	499,17	75,69	5,31

Итого по подменю: 0,00 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, 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: 219,53

Итого за день:

46,95 112,72 187,76 1956,23 0,70 1,21 71,47 457,1 523,79 839,26 185,71 11,25

Директор



/Банникова Т.Н./

Зав. производством



/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 18.06.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДО)

МАОУ "Броловская средняя школа Навигатор (ЛДО)														
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	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 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
							0,05	0,00	0,70	51,0	77,47	254,61	40,22	3,69

Итого по подменю: 0,00 руб.

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

15/2018	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,89	6,11	2,65	71,72	0,02	0,02	5,69		24,64	29,06	13,86	0,63
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

Итого по подменю: 219,53

31,94 38,91 110,05 920,65 0,50 0,41 31,82 71,6 212,15 508,42 194,12 10,26

Итого за день:

60,00 60,70 211,59 1635,09 0,77 0,61 35,52 122,6 289,62 763,03 234,34 13,88

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./