

ИП Банникова Т.Н.

"утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.09.2025 года

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

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														
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: 120,00

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 (ПОМИДОР)	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
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: 130,00

30,67 28,12 120,17 856,39 0,43 0,37 67,04 55,4 173,76 481,11 138,67 9,86

Итого за день:

46,91 47,61 200,90 1419,74 0,73 0,68 83,64 169,1 538,77 833,68 214,60 15,00

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 22.09.2025 года

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



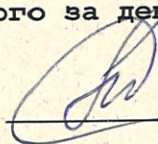
"Утверждаю"

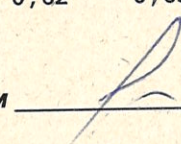
/Чернякевич Е.З./

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" до 7-10 лет														
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	200	5,96	7,36	29,04	206,19	0,16	0,15	1,17	38,0	121,05	152,45	37,47	0,95
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:			14,75	17,62	73,44	511,32	0,26	0,27	16,31	104,0	334,56	314,46	66,57	4,91

ОБЕД														
148/2018	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
104/2018	ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200/5	1,57	4,91	7,31	79,69	0,05	0,05	24,16	7,5	31,70	39,02	17,74	0,62
349/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90/30	16,07	14,64	14,87	255,49	0,10	0,22	3,78	46,0	104,73	208,65	29,73	2,19
237/2018	РИС С ОВОЩАМИ	150	3,85	4,62	34,82	196,24	0,10	0,05	3,75		22,27	115,86	40,40	1,12
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	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			27,01	25,07	100,51	735,64	0,36	0,38	50,69	53,5	192,00	437,93	118,17	8,42

Итого за день: 41,76 42,69 173,95 1246,96 0,62 0,65 67,00 157,5 526,56 752,39 184,74 13,33

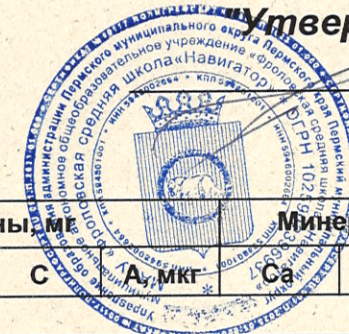
Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.П./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 22.09.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот 11-18л



Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

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

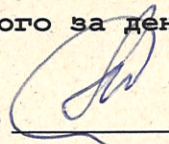
Итого по подменю: 118,18 16,24 19,49 80,73 563,35 0,30 0,31 16,60 113,7 365,01 352,57 75,93 5,14

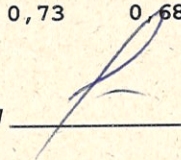
ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
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: 118,18 30,67 28,12 120,17 856,39 0,43 0,37 67,04 55,4 173,76 481,11 138,67 9,86

Итого за день: 46,91 47,61 200,90 1419,74 0,73 0,68 83,64 169,1 538,77 833,68 214,60 15,00

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

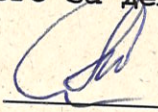
МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена

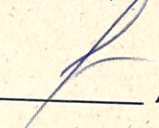
Меню на 22.09.2025 года

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	200	5,96	7,36	29,04	206,19	0,16	0,15	1,17	38,0	121,05	152,45	37,47	0,95
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: 51,01 руб.			14,75	17,62	73,44	511,32	0,26	0,27	16,31	104,0	334,56	314,46	66,57	4,91
ОБЕД														
148/2018	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)													

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
104/2018	ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200/5	1,57	4,91	7,31	79,69	0,05	0,05	24,16	7,5	31,70	39,02	17,74	0,62
349/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90/30	16,07	14,64	14,87	255,49	0,10	0,22	3,78	46,0	104,73	208,65	29,73	2,19
237/2018	РИС С ОВОЩАМИ	150	3,85	4,62	34,82	196,24	0,10	0,05	3,75		22,27	115,86	40,40	1,12
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	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			27,01	25,07	100,51	735,64	0,36	0,38	50,69	53,5	192,00	437,93	118,17	8,42
Итого за день:			41,76	42,69	173,95	1246,96	0,62	0,65	67,00	157,5	526,56	752,39	184,74	13,33

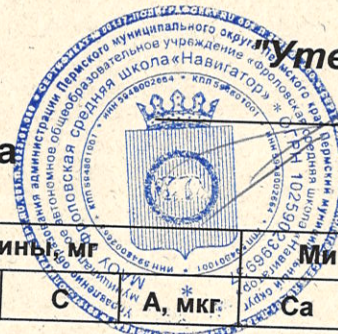
Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 22.09.2025 года

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



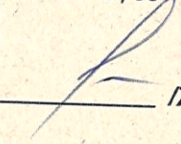
«Утверждаю»

/Чернякевич Е.З./

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: 62,36 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														

ОБЕД														
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
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: 118,18			30,67	28,12	120,17	856,39	0,43	0,37	67,04	55,4	173,76	481,11	138,67	9,86
Итого за день:			46,91	47,61	200,90	1419,74	0,73	0,68	83,64	169,1	538,77	833,68	214,60	15,00

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

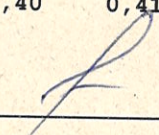
"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.09.2025 года

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

№ 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
ОБЕД														
148/2018	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
104/2018	ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,СМЕТАНОЙ	200/5	1,57	4,91	7,31	79,69	0,05	0,05	24,16	7,5	31,70	39,02	17,74	0,62
349/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90/30	16,07	14,64	14,87	255,49	0,10	0,22	3,78	46,0	104,73	208,65	29,73	2,19
237/2018	РИС С ОВОЩАМИ	150	3,85	4,62	34,82	196,24	0,10	0,05	3,75		22,27	115,86	40,40	1,12
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	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			27,01	25,07	100,51	735,64	0,36	0,38	50,69	53,5	192,00	437,93	118,17	8,42
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
484/2018	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	250	0,01	0,01	3,55	14,41			0,23		0,90	0,45	0,30	0,05
Итого по подменю: 26,90 руб.			3,76	4,91	40,75	222,31	0,04	0,03	0,23	5,0	15,40	45,45	10,30	1,10
Итого за день:			30,77	29,98	141,26	957,95	0,40	0,41	50,92	58,5	207,40	483,38	128,47	9,52

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

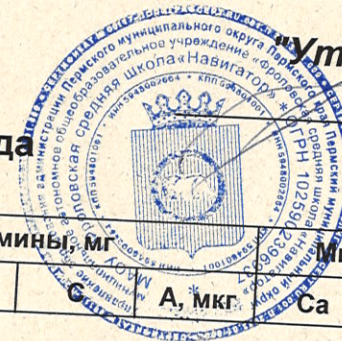
ИП Банникова Т.Н.

«Утверждаю»

/Чернякевич.Е.З./

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

Меню на 22.09.2025 года



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
ОБЕД														
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
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: 118,18			30,67	28,12	120,17	856,39	0,43	0,37	67,04	55,4	173,76	481,11	138,67	9,86
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
484/2018	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	250	0,01	0,01	3,55	14,41			0,23		0,90	0,45	0,30	0,05
Итого по подменю: 31,11 руб.			3,76	4,91	40,75	222,31	0,04	0,03	0,23	5,0	15,40	45,45	10,30	1,10
Итого за день:			34,43	33,03	160,92	1078,70	0,47	0,40	67,27	60,4	189,16	526,56	148,97	10,96

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.09.2025 года

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

№ 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														
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
Итого по подменю: 120,00			30,47	30,22	82,05	721,98	0,43	0,32	9,24	88,1	92,77	405,72	155,56	6,40
ОБЕД														

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
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: 130,00			18,90	22,51	99,74	680,22	0,38	0,28	55,82	45,7	140,76	279,86	101,87	5,81
Итого за день:			49,37	52,73	181,79	1402,20	0,81	0,60	65,06	133,8	233,53	685,58	257,43	12,21

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.09.2025 года

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

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														
371/2018	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	90	16,30	18,90	7,22	264,15	0,09	0,15	1,82	50,2	26,39	158,15	21,69	1,21
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
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

26,62 25,83 72,68 629,59 0,35 0,27 7,94 74,2 55,70 335,39 121,18 5,00

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	0,48	0,06	1,02	8,40	0,01	0,01	3,00		14,17	14,48	8,42	0,36
98/2018	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 200/5	205	1,95	4,96	14,08	108,75	0,07	0,06	14,50	7,5	38,08	57,64	25,54	1,28
345/2013	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	17,11	7,24	9,06	169,81	0,17	0,17	0,81	44,8	36,34	177,36	26,41	0,77
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
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
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	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

28,19 19,76 88,69 647,18 0,49 0,39 45,88 84,0 149,73 405,38 107,58 5,44

Итого за день:

54,81 45,59 161,37 1276,77 0,84 0,66 53,82 158,2 205,43 740,77 228,76 10,44

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.09.2025 года

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

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

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

Итого по подменю: 118,18

30,47 30,22 82,05 721,98 0,43 0,32 9,24 88,1 92,77 405,72 155,56 6,40

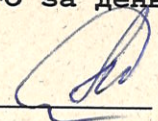
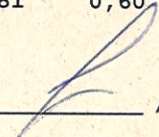
ОБЕД

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
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: 118,18

18,90 22,51 99,74 680,22 0,38 0,28 55,82 45,7 140,76 279,86 101,87 5,81

Итого за день: 49,37 52,73 181,79 1402,20 0,81 0,60 65,06 133,8 233,53 685,58 257,43 12,21

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.09.2025 года

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

№ 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														
371/2018	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	90	16,30	18,90	7,22	264,15	0,09	0,15	1,82	50,2	26,39	158,15	21,69	1,21
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
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.			26,62	25,83	72,68	629,59	0,35	0,27	7,94	74,2	55,70	335,39	121,18	5,00
ОБЕД														

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	0,48	0,06	1,02	8,40	0,01	0,01	3,00		14,17	14,48	8,42	0,36
98/2018	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 200/5	205	1,95	4,96	14,08	108,75	0,07	0,06	14,50	7,5	38,08	57,64	25,54	1,28
345/2013	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	17,11	7,24	9,06	169,81	0,17	0,17	0,81	44,8	36,34	177,36	26,41	0,77
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
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
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	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			28,19	19,76	88,69	647,18	0,49	0,39	45,88	84,0	149,73	405,38	107,58	5,44
Итого за день:			54,81	45,59	161,37	1276,77	0,84	0,66	53,82	158,2	205,43	740,77	228,76	10,44

Директор

/Банникова Т.Н./

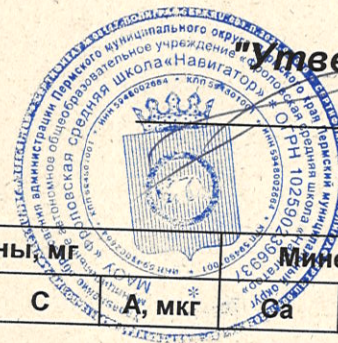
Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

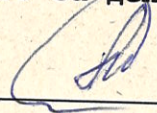
Меню на 23.09.2025 года

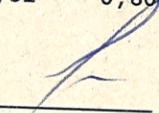
МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена



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														
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
Итого по подменю: 62,36 руб.			30,47	30,22	82,05	721,98	0,43	0,32	9,24	88,1	92,77	405,72	155,56	6,40
ОБЕД														

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	
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: 118,18			18,90	22,51	99,74	680,22	0,38	0,28	55,82	45,7	140,76	279,86	101,87	5,81	
Итого за день:			49,37	52,73	181,79	1402,20	0,81	0,60	65,06	133,8	233,53	685,58	257,43	12,21	

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.09.2025 года

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

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	
ОБЕД															
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	0,48	0,06	1,02	8,40	0,01	0,01	3,00		14,17	14,48	8,42	0,36	
98/2018	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 200/5	205	1,95	4,96	14,08	108,75	0,07	0,06	14,50	7,5	38,08	57,64	25,54	1,28	
345/2013	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	17,11	7,24	9,06	169,81	0,17	0,17	0,81	44,8	36,34	177,36	26,41	0,77	
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	
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	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			26,67	19,60	78,85	600,30	0,47	0,39	45,88	84,0	145,73	392,38	104,78	5,22	

ПОЛДНИК

540/2018	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	100	10,44	10,67	61,14	382,37	0,24	0,20	17,43	56,2	387,18	224,23	55,38	4,17
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.			11,69	10,92	86,39	490,62	0,27	0,23	22,43	56,2	404,68	241,73	65,38	7,67

Итого за день:

38,36 30,52 165,24 1090,92 0,74 0,62 68,31 140,2 550,41 634,11 170,16 12,89

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

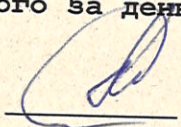
«Утверждаю»

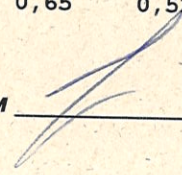
/Чернякевич.Е.З./

Меню на 23.09.2025 года

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

№ 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
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
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: 118,18			18,90	22,51	99,74	680,22	0,38	0,28	55,82	45,7	140,76	279,86	101,87	5,81
ПОЛДНИК														
540/2018	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	100	10,44	10,67	61,14	382,37	0,24	0,20	17,43	56,2	387,18	224,23	55,38	4,17
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.			11,69	10,92	86,39	490,62	0,27	0,23	22,43	56,2	404,68	241,73	65,38	7,67
Итого за день:			30,59	33,43	186,13	1170,84	0,65	0,51	78,25	101,9	545,44	521,59	167,25	13,48

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./