

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

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

Меню на 24.02.2026 года



| № 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | | | |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 82/2018 | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 120,00 | | | 18,33 | 19,61 | 99,54 | 647,99 | 0,28 | 0,34 | 16,80 | 116,7 | 386,23 | 365,98 | 73,69 | 5,16 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 150/2018 | ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ(ПРОМЫШЛЕННОГО | 100 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 118,50 | 0,02 | | 7,00 | | 41,00 | 37,00 | 15,00 | 0,70 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,90 | 0,70 | 18,66 | 96,50 | 0,06 | 0,02 | | | 11,50 | 53,00 | 12,50 | 1,55 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| Итого по подменю: 130,00 | | | 38,71 | 36,89 | 151,74 | 1093,67 | 0,58 | 0,34 | 28,68 | 92,5 | 213,04 | 499,52 | 120,11 | 9,57 |
| Итого за день: | | | 57,04 | 56,50 | 251,28 | 1741,66 | 0,86 | 0,68 | 45,48 | 209,2 | 599,27 | 865,50 | 193,80 | 14,73 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.02.2026 года

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

| № 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 226/2018 | КАША "ДРУЖБА" | 200 | 5,20 | 7,19 | 28,27 | 198,55 | 0,10 | 0,17 | 1,33 | 40,4 | 138,96 | 143,68 | 31,57 | 0,66 |
| 63/2018 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 5,01 | 8,16 | 7,42 | 123,14 | 0,02 | 0,06 | 0,11 | 54,5 | 139,20 | 99,75 | 9,60 | 0,31 |
| 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: 111,51 | | | 13,85 | 16,27 | 80,05 | 521,97 | 0,21 | 0,27 | 16,44 | 94,9 | 310,47 | 285,94 | 60,27 | 4,74 |

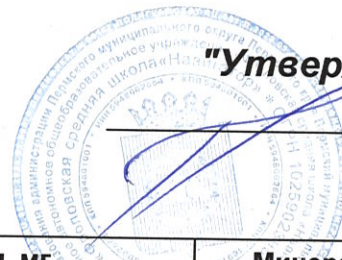
ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|-------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 150/2018 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕННОГО | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 71,10 | 0,01 | | 4,20 | | 24,60 | 22,20 | 9,00 | 0,42 |
| 144/2013 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 4,59 | 3,85 | 17,51 | 123,07 | 0,20 | 0,07 | 14,20 | 16,0 | 33,90 | 93,78 | 34,48 | 1,70 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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 |
| Итого по подменю: 111,51 | | | 33,28 | 30,84 | 124,47 | 908,56 | 0,47 | 0,35 | 22,58 | 88,8 | 221,43 | 450,19 | 102,12 | 8,01 |
| Итого за день: | | | 47,13 | 47,11 | 204,52 | 1430,53 | 0,68 | 0,62 | 39,02 | 183,7 | 531,90 | 736,13 | 162,39 | 12,75 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 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 |
| 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: 125,03 | | | 18,33 | 19,61 | 99,54 | 647,99 | 0,28 | 0,34 | 16,80 | 116,7 | 386,23 | 365,98 | 73,69 | 5,16 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 150/2018 | ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ(ПРОМЫШЛЕННОГО) | 100 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 118,50 | 0,02 | | 7,00 | | 41,00 | 37,00 | 15,00 | 0,70 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,90 | 0,70 | 18,66 | 96,50 | 0,06 | 0,02 | | | 11,50 | 53,00 | 12,50 | 1,55 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| Итого по подменю: 125,03 | | | 38,71 | 36,89 | 151,74 | 1093,67 | 0,58 | 0,34 | 28,68 | 92,5 | 213,04 | 499,52 | 120,11 | 9,57 |

Итого за день: 57,04 56,50 251,28 1741,66 0,86 0,68 45,48 209,2 599,27 865,50 193,80 14,73

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 226/2018 | КАША "ДРУЖБА" | 200 | 5,20 | 7,19 | 28,27 | 198,55 | 0,10 | 0,17 | 1,33 | 40,4 | 138,96 | 143,68 | 31,57 | 0,66 |
| 63/2018 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 5,01 | 8,16 | 7,42 | 123,14 | 0,02 | 0,06 | 0,11 | 54,5 | 139,20 | 99,75 | 9,60 | 0,31 |
| 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: 53,97 руб. | | | 13,85 | 16,27 | 80,05 | 521,97 | 0,21 | 0,27 | 16,44 | 94,9 | 310,47 | 285,94 | 60,27 | 4,74 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 150/2018 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕННОГО | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 71,10 | 0,01 | | 4,20 | | 24,60 | 22,20 | 9,00 | 0,42 |
| 144/2013 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 4,59 | 3,85 | 17,51 | 123,07 | 0,20 | 0,07 | 14,20 | 16,0 | 33,90 | 93,78 | 34,48 | 1,70 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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 |
| Итого по подменю: 111,51 | | | 33,28 | 30,84 | 124,47 | 908,56 | 0,47 | 0,35 | 22,58 | 88,8 | 221,43 | 450,19 | 102,12 | 8,01 |
| Итого за день: | | | 47,13 | 47,11 | 204,52 | 1430,53 | 0,68 | 0,62 | 39,02 | 183,7 | 531,90 | 736,13 | 162,39 | 12,75 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.02.2026 года

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

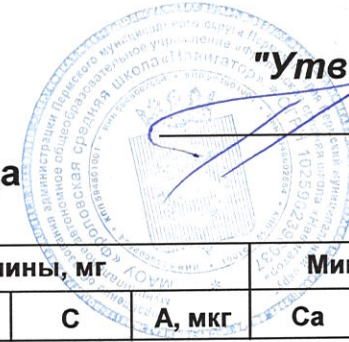
| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|--------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 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 |
| 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: 65,98 руб. | | | 18,33 | 19,61 | 99,54 | 647,99 | 0,28 | 0,34 | 16,80 | 116,7 | 386,23 | 365,98 | 73,69 | 5,16 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 150/2018 | ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ(ПРОМЫШЛЕННОГО) | 100 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 118,50 | 0,02 | | 7,00 | | 41,00 | 37,00 | 15,00 | 0,70 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,90 | 0,70 | 18,66 | 96,50 | 0,06 | 0,02 | | | 11,50 | 53,00 | 12,50 | 1,55 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| Итого по подменю: 125,03 | | | 38,71 | 36,89 | 151,74 | 1093,67 | 0,58 | 0,34 | 28,68 | 92,5 | 213,04 | 499,52 | 120,11 | 9,57 |
| Итого за день: | | | 57,04 | 56,50 | 251,28 | 1741,66 | 0,86 | 0,68 | 45,48 | 209,2 | 599,27 | 865,50 | 193,80 | 14,73 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



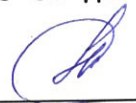
"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 150/2018 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕННОГО | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 71,10 | 0,01 | | 4,20 | | 24,60 | 22,20 | 9,00 | 0,42 |
| 144/2013 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 4,59 | 3,85 | 17,51 | 123,07 | 0,20 | 0,07 | 14,20 | 16,0 | 33,90 | 93,78 | 34,48 | 1,70 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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 |
| Итого по подменю: 111,51 | | | 33,28 | 30,84 | 124,47 | 908,56 | 0,47 | 0,35 | 22,58 | 88,8 | 221,43 | 450,19 | 102,12 | 8,01 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | кондитерское изделие (вафли) | 100 | 2,80 | 3,30 | 77,30 | 350,10 | 0,03 | 0,04 | | 2,0 | 16,00 | 36,00 | 10,00 | 1,50 |
| 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 |
| Итого по подменю: 28,46 руб. | | | 3,80 | 3,50 | 97,50 | 436,70 | 0,05 | 0,06 | 4,00 | 2,0 | 30,00 | 50,00 | 18,00 | 4,30 |
| Итого за день: | | | 37,08 | 34,34 | 221,97 | 1345,26 | 0,52 | 0,41 | 26,58 | 90,8 | 251,43 | 500,19 | 120,12 | 12,31 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 24.02.2026 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОБЗ 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 150/2018 | ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ(ПРОМЫШЛЕННОГО) | 100 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 118,50 | 0,02 | | 7,00 | | 41,00 | 37,00 | 15,00 | 0,70 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,90 | 0,70 | 18,66 | 96,50 | 0,06 | 0,02 | | | 11,50 | 53,00 | 12,50 | 1,55 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| Итого по подменю: 125,03 | | | 38,71 | 36,89 | 151,74 | 1093,67 | 0,58 | 0,34 | 28,68 | 92,5 | 213,04 | 499,52 | 120,11 | 9,57 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ) | 150 | 4,20 | 4,95 | 115,95 | 525,15 | 0,05 | 0,06 | | 3,0 | 24,00 | 54,00 | 15,00 | 2,25 |
| 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 |
| Итого по подменю: 32,91 руб. | | | 5,20 | 5,15 | 136,15 | 611,75 | 0,07 | 0,08 | 4,00 | 3,0 | 38,00 | 68,00 | 23,00 | 5,05 |
| Итого за день: | | | 43,91 | 42,04 | 287,89 | 1705,42 | 0,65 | 0,42 | 32,68 | 95,5 | 251,04 | 567,52 | 143,11 | 14,62 |

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./


Меню на 25.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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: 65,98 руб. | | | 28,14 | 22,15 | 87,85 | 663,18 | 0,41 | 0,29 | 8,02 | 47,4 | 98,54 | 378,50 | 150,66 | 6,73 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|--------|--------------|---------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 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 |
| 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 |
| 375/2018 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ * | 280 | 25,30 | 35,77 | 51,79 | 630,29 | 0,18 | 0,21 | 7,79 | 42,5 | 41,15 | 303,07 | 65,08 | 2,54 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 125,03 | | | 34,96 | 103,38 | 118,77 | 1545,32 | 0,34 | 0,33 | 47,40 | 57,5 | 136,69 | 462,53 | 122,53 | 6,37 |
| Итого за день: | | | 63,10 | 125,53 | 206,62 | 2208,50 | 0,75 | 0,62 | 55,42 | 104,9 | 235,23 | 841,03 | 273,19 | 13,10 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 25.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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

28,14 22,15 87,85 663,18 0,41 0,29 8,02 47,4 98,54 378,50 150,66 6,73

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 |
| 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 |
| 375/2018 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ * | 280 | 25,30 | 35,77 | 51,79 | 630,29 | 0,18 | 0,21 | 7,79 | 42,5 | 41,15 | 303,07 | 65,08 | 2,54 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 130,00

34,96 103,38 118,77 1545,32 0,34 0,33 47,40 57,5 136,69 462,53 122,53 6,37

Итого за день:

63,10 125,53 206,62 2208,50 0,75 0,62 55,42 104,9 235,23 841,03 273,19 13,10

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 25.02.2026 года

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

| 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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: 111,51 | | | 24,64 | 18,69 | 77,89 | 578,30 | 0,33 | 0,24 | 6,86 | 37,8 | 60,88 | 311,98 | 116,90 | 5,31 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 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 |
| 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 |
| 375/2018 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ* | 240 | 21,70 | 30,66 | 43,86 | 538,17 | 0,17 | 0,19 | 6,67 | 28,4 | 33,57 | 271,83 | 58,20 | 2,50 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 111,51 | | | 30,30 | 40,10 | 105,82 | 905,39 | 0,31 | 0,28 | 36,59 | 35,9 | 104,60 | 404,17 | 104,23 | 5,66 |
| Итого за день: | | | 54,94 | 58,79 | 183,71 | 1483,69 | 0,64 | 0,52 | 43,45 | 73,8 | 165,48 | 716,15 | 221,13 | 10,97 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 25.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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: 125,03 | | | 28,14 | 22,15 | 87,85 | 663,18 | 0,41 | 0,29 | 8,02 | 47,4 | 98,54 | 378,50 | 150,66 | 6,73 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|--------|--------------|---------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 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 |
| 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 |
| 375/2018 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ * | 280 | 25,30 | 35,77 | 51,79 | 630,29 | 0,18 | 0,21 | 7,79 | 42,5 | 41,15 | 303,07 | 65,08 | 2,54 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 125,03 | | | 34,96 | 103,38 | 118,77 | 1545,32 | 0,34 | 0,33 | 47,40 | 57,5 | 136,69 | 462,53 | 122,53 | 6,37 |
| Итого за день: | | | 63,10 | 125,53 | 206,62 | 2208,50 | 0,75 | 0,62 | 55,42 | 104,9 | 235,23 | 841,03 | 273,19 | 13,10 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 25.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОБЗ-10 лет 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 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: 53,97 руб.

24,64 18,69 77,89 578,30 0,33 0,24 6,86 37,8 60,88 311,98 116,90 5,31

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 |
| 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 |
| 375/2018 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ* | 240 | 21,70 | 30,66 | 43,86 | 538,17 | 0,17 | 0,19 | 6,67 | 28,4 | 33,57 | 271,83 | 58,20 | 2,50 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 111,51

30,30 40,10 105,82 905,39 0,31 0,28 36,59 35,9 104,60 404,17 104,23 5,66

Итого за день:

54,94 58,79 183,71 1483,69 0,64 0,52 43,45 73,8 165,48 716,15 221,13 10,97

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 25.02.2026 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 | Са | 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 |
| 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 |
| 375/2018 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ* | 240 | 21,70 | 30,66 | 43,86 | 538,17 | 0,17 | 0,19 | 6,67 | 28,4 | 33,57 | 271,83 | 58,20 | 2,50 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 111,51 | | | 30,30 | 40,10 | 105,82 | 905,39 | 0,31 | 0,28 | 36,59 | 35,9 | 104,60 | 404,17 | 104,23 | 5,66 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 531/2018 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ* | 100 | 6,18 | 3,65 | 70,12 | 338,08 | 0,10 | 0,06 | 0,25 | 16,1 | 21,10 | 60,43 | 12,77 | 1,41 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| Итого по подменю: 28,46 руб. | | | 6,18 | 3,65 | 85,10 | 398,02 | 0,10 | 0,06 | 0,25 | 16,1 | 21,55 | 60,43 | 12,77 | 1,46 |
| Итого за день: | | | 36,48 | 43,75 | 190,92 | 1303,41 | 0,41 | 0,34 | 36,84 | 52,1 | 126,15 | 464,60 | 117,00 | 7,12 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 25.02.2026 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 11-18 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 | Са | 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 |
| 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 |
| 375/2018 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ * | 280 | 25,30 | 35,77 | 51,79 | 630,29 | 0,18 | 0,21 | 7,79 | 42,5 | 41,15 | 303,07 | 65,08 | 2,54 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 125,03 | | | 34,96 | 103,38 | 118,77 | 1545,32 | 0,34 | 0,33 | 47,40 | 57,5 | 136,69 | 462,53 | 122,53 | 6,37 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 531/2018 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ * | 150 | 9,28 | 5,48 | 105,22 | 507,29 | 0,15 | 0,08 | 0,38 | 24,4 | 32,05 | 90,93 | 19,21 | 2,11 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| Итого по подменю: 32,91 руб. | | | 9,28 | 5,48 | 120,20 | 567,23 | 0,15 | 0,08 | 0,38 | 24,4 | 32,50 | 90,93 | 19,21 | 2,16 |
| Итого за день: | | | 44,24 | 108,86 | 238,97 | 2112,55 | 0,49 | 0,41 | 47,78 | 81,9 | 169,19 | 553,46 | 141,74 | 8,53 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.02.2026 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 | Ca | P | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ (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 |
| 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 |
| 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: 120,00 | | | 31,72 | 35,95 | 83,23 | 783,23 | 0,38 | 0,91 | 12,30 | 413,5 | 337,50 | 536,13 | 75,32 | 5,11 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 107/2013 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 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 |
| 345 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 20,67 | 13,47 | 12,29 | 253,04 | 0,22 | 0,26 | 1,56 | 69,1 | 102,10 | 252,05 | 38,73 | 1,30 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/60 | 60 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| 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: 130,00 | | | 37,61 | 29,81 | 124,97 | 921,60 | 0,65 | 0,57 | 61,24 | 122,3 | 265,71 | 564,92 | 148,29 | 9,82 |
| Итого за день: | | | 69,33 | 65,76 | 208,20 | 1704,83 | 1,03 | 1,48 | 73,54 | 535,9 | 603,21 | 1101,05 | 223,61 | 14,93 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.02.2026 года

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

| № 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ З.ГОРОШЕК | 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 |
| 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 |
| 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 | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 111,51 | | | 25,39 | 29,26 | 69,87 | 644,23 | 0,28 | 0,74 | 8,11 | 336,2 | 291,27 | 436,03 | 58,94 | 3,97 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 107/2013 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ. | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 8,40 | 0,01 | 0,01 | 3,00 | | 13,80 | 14,40 | 8,40 | 0,36 |
| 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 |
| 345/2013 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 90/30 | 22,85 | 9,79 | 9,37 | 216,99 | 0,23 | 0,22 | 1,08 | 59,7 | 49,14 | 245,83 | 37,72 | 1,48 |
| 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 |
| 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.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/60 | 60 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| Итого по подменю: 111,51 | | | 38,47 | 23,68 | 114,53 | 827,00 | 0,61 | 0,47 | 49,65 | 106,4 | 186,75 | 519,67 | 130,31 | 9,30 |
| Итого за день: | | | 63,86 | 52,94 | 184,40 | 1471,23 | 0,89 | 1,21 | 57,76 | 442,6 | 478,02 | 955,70 | 189,25 | 13,27 |

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.02.2026 года

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



| № 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ (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 |
| 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 |
| 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: 125,03 | | | 31,72 | 35,95 | 83,23 | 783,23 | 0,38 | 0,91 | 12,30 | 413,5 | 337,50 | 536,13 | 75,32 | 5,11 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 107/2013 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 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 |
| 345 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 20,67 | 13,47 | 12,29 | 253,04 | 0,22 | 0,26 | 1,56 | 69,1 | 102,10 | 252,05 | 38,73 | 1,30 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/60 | 60 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| 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: 125,03 | | | 37,61 | 29,81 | 124,97 | 921,60 | 0,65 | 0,57 | 61,24 | 122,3 | 265,71 | 564,92 | 148,29 | 9,82 |

Итого за день: 69,33 65,76 208,20 1704,83 1,03 1,48 73,54 535,9 603,21 1101,05 223,61 14,93

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.02.2026 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 | Мg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ З.ГОРОШЕК | 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 |
| 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 |
| 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 | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 53,97 руб. | | | 25,39 | 29,26 | 69,87 | 644,23 | 0,28 | 0,74 | 8,11 | 336,2 | 291,27 | 436,03 | 58,94 | 3,97 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 107/2013 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ. | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 8,40 | 0,01 | 0,01 | 3,00 | | 13,80 | 14,40 | 8,40 | 0,36 |
| 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 |
| 345/2013 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 90/30 | 22,85 | 9,79 | 9,37 | 216,99 | 0,23 | 0,22 | 1,08 | 59,7 | 49,14 | 245,83 | 37,72 | 1,48 |
| 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 |
| 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.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/60 | 60 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| Итого по подменю: 111,51 | | | 38,47 | 23,68 | 114,53 | 827,00 | 0,61 | 0,47 | 49,65 | 106,4 | 186,75 | 519,67 | 130,31 | 9,30 |
| Итого за день: | | | 63,86 | 52,94 | 184,40 | 1471,23 | 0,89 | 1,21 | 57,76 | 442,6 | 478,02 | 955,70 | 189,25 | 13,27 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ (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 |
| 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 |
| 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: 65,98 руб. | | | 31,72 | 35,95 | 83,23 | 783,23 | 0,38 | 0,91 | 12,30 | 413,5 | 337,50 | 536,13 | 75,32 | 5,11 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 107/2013 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 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 |
| 345 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 20,67 | 13,47 | 12,29 | 253,04 | 0,22 | 0,26 | 1,56 | 69,1 | 102,10 | 252,05 | 38,73 | 1,30 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/60 | 60 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| 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: 125,03 | | | 37,61 | 29,81 | 124,97 | 921,60 | 0,65 | 0,57 | 61,24 | 122,3 | 265,71 | 564,92 | 148,29 | 9,82 |
| Итого за день: | | | 69,33 | 65,76 | 208,20 | 1704,83 | 1,03 | 1,48 | 73,54 | 535,9 | 603,21 | 1101,05 | 223,61 | 14,93 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.


"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.02.2026 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 | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 107/2013 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ. | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 8,40 | 0,01 | 0,01 | 3,00 | | 13,80 | 14,40 | 8,40 | 0,36 |
| 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 |
| 345/2013 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 90/30 | 22,85 | 9,79 | 9,37 | 216,99 | 0,23 | 0,22 | 1,08 | 59,7 | 49,14 | 245,83 | 37,72 | 1,48 |
| 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 |
| 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.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/60 | 60 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| Итого по подменю: 111,51 | | | 38,47 | 23,68 | 114,53 | 827,00 | 0,61 | 0,47 | 49,65 | 106,4 | 186,75 | 519,67 | 130,31 | 9,30 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 550/2018 | МАННИК | 100 | 5,79 | 5,55 | 33,24 | 206,10 | 0,06 | 0,15 | 0,27 | 58,6 | 62,15 | 87,64 | 12,02 | 0,74 |
| Итого по подменю: 28,46 руб. | | | 6,47 | 5,83 | 52,88 | 289,90 | 0,07 | 0,21 | 200,27 | 58,6 | 74,45 | 91,04 | 15,42 | 1,37 |
| Итого за день: | | | 44,94 | 29,51 | 167,41 | 1116,90 | 0,68 | 0,68 | 249,92 | 165,0 | 261,20 | 610,71 | 145,73 | 10,67 |

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 26.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 107/2013 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 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 |
| 345 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 20,67 | 13,47 | 12,29 | 253,04 | 0,22 | 0,26 | 1,56 | 69,1 | 102,10 | 252,05 | 38,73 | 1,30 |
| 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 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/60 | 60 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| 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: 125,03 37,61 29,81 124,97 921,60 0,65 0,57 61,24 122,3 265,71 564,92 148,29 9,82

ПОЛДНИК

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|------|------|-------|--------|------|------|--------|------|-------|--------|-------|------|
| 550/2018 | МАННИК* | 150 | 8,68 | 8,37 | 49,92 | 309,74 | 0,10 | 0,22 | 0,41 | 88,1 | 93,48 | 131,56 | 18,05 | 1,11 |
| 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 |

Итого по подменю: 32,91 руб. 9,36 8,65 69,56 393,54 0,11 0,28 200,41 88,1 105,78 134,96 21,45 1,74

Итого за день: 46,97 38,46 194,53 1315,14 0,76 0,85 261,65 210,4 371,49 699,88 169,74 11,56

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 27.02.2026 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 96/2013 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ *2013 | 60 | 1,85 | 12,72 | 31,13 | 246,30 | 0,03 | 0,02 | 0,15 | 30,0 | 10,28 | 19,58 | 5,03 | 0,68 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 250 | 10,89 | 15,63 | 47,81 | 375,43 | 0,32 | 0,23 | 1,69 | 76,0 | 175,88 | 266,38 | 70,08 | 1,84 |
| 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. | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| Итого по подменю: 120,00 | | | 19,92 | 31,61 | 118,49 | 838,02 | 0,45 | 0,43 | 3,14 | 126,0 | 319,53 | 424,18 | 106,31 | 3,73 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 4/2013 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 100 | 0,14 | 10,00 | 5,68 | 113,28 | 0,01 | 0,01 | 0,50 | | 2,85 | 5,70 | 3,80 | 0,09 |
| 134/2013 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,43 | 6,88 | 17,64 | 142,69 | 0,11 | 0,08 | 16,78 | 15,0 | 24,20 | 69,10 | 27,15 | 0,95 |
| 339/2018 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ | 100 | 19,02 | 12,72 | 15,31 | 251,77 | 0,08 | 0,16 | 0,29 | 4,4 | 37,29 | 183,86 | 23,42 | 2,41 |
| 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 |
| 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. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 130,00 | | | 34,65 | 38,21 | 114,32 | 940,23 | 0,51 | 0,39 | 24,34 | 48,2 | 128,17 | 498,03 | 180,69 | 9,08 |
| Итого за день: | | | 54,57 | 69,82 | 232,81 | 1778,25 | 0,96 | 0,82 | 27,48 | 174,2 | 447,70 | 922,21 | 287,00 | 12,81 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 27.02.2026 года

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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 72/2018 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ* | 40 | 1,58 | 5,80 | 23,28 | 151,64 | 0,02 | 0,01 | 0,10 | | 6,60 | 14,80 | 4,00 | 0,50 |
| 223/2018 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 220 | 9,44 | 9,18 | 41,37 | 285,84 | 0,27 | 0,20 | 1,49 | 44,8 | 157,23 | 231,26 | 61,08 | 1,62 |
| 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: 111,51 | | | 17,44 | 18,16 | 99,28 | 630,33 | 0,37 | 0,38 | 2,89 | 64,8 | 295,20 | 377,78 | 94,88 | 3,22 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|-------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 4/2013 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 60 | 0,08 | 6,00 | 3,41 | 67,97 | | | 0,30 | | 1,71 | 3,42 | 2,28 | 0,05 |
| 100/2018 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | 2,08 | 5,26 | 13,50 | 110,05 | 0,10 | 0,06 | 13,41 | 7,5 | 20,69 | 60,94 | 24,70 | 0,87 |
| 339/2018 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ * | 90 | 17,12 | 11,44 | 13,78 | 226,60 | 0,07 | 0,14 | 0,26 | 3,9 | 33,56 | 165,47 | 21,08 | 2,17 |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 111,51 | | | 31,20 | 30,03 | 101,23 | 800,38 | 0,44 | 0,32 | 20,09 | 35,4 | 90,47 | 436,47 | 154,75 | 7,90 |
| Итого за день: | | | 48,64 | 48,19 | 200,51 | 1430,71 | 0,81 | 0,70 | 22,98 | 100,3 | 385,67 | 814,25 | 249,63 | 11,12 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 27.02.2026 года

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

| № 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 96/2013 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ *2013 | 60 | 1,85 | 12,72 | 31,13 | 246,30 | 0,03 | 0,02 | 0,15 | 30,0 | 10,28 | 19,58 | 5,03 | 0,68 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 250 | 10,89 | 15,63 | 47,81 | 375,43 | 0,32 | 0,23 | 1,69 | 76,0 | 175,88 | 266,38 | 70,08 | 1,84 |
| 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. | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| Итого по подменю: 125,03 | | | 19,92 | 31,61 | 118,49 | 838,02 | 0,45 | 0,43 | 3,14 | 126,0 | 319,53 | 424,18 | 106,31 | 3,73 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| 4/2013 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 100 | 0,14 | 10,00 | 5,68 | 113,28 | 0,01 | 0,01 | 0,50 | | 2,85 | 5,70 | 3,80 | 0,09 |
| 134/2013 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,43 | 6,88 | 17,64 | 142,69 | 0,11 | 0,08 | 16,78 | 15,0 | 24,20 | 69,10 | 27,15 | 0,95 |
| 339/2018 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ | 100 | 19,02 | 12,72 | 15,31 | 251,77 | 0,08 | 0,16 | 0,29 | 4,4 | 37,29 | 183,86 | 23,42 | 2,41 |
| 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 |
| 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. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 125,03 | | | 34,65 | 38,21 | 114,32 | 940,23 | 0,51 | 0,39 | 24,34 | 48,2 | 128,17 | 498,03 | 180,69 | 9,08 |
| Итого за день: | | | 54,57 | 69,82 | 232,81 | 1778,25 | 0,96 | 0,82 | 27,48 | 174,2 | 447,70 | 922,21 | 287,00 | 12,81 |

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 27.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ7-10 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 | Мg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 72/2018 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ* | 40 | 1,58 | 5,80 | 23,28 | 151,64 | 0,02 | 0,01 | 0,10 | | 6,60 | 14,80 | 4,00 | 0,50 |
| 223/2018 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 220 | 9,44 | 9,18 | 41,37 | 285,84 | 0,27 | 0,20 | 1,49 | 44,8 | 157,23 | 231,26 | 61,08 | 1,62 |
| 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: 53,97 руб. | | | 17,44 | 18,16 | 99,28 | 630,33 | 0,37 | 0,38 | 2,89 | 64,8 | 295,20 | 377,78 | 94,88 | 3,22 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|-------|-------|-------|--------|---------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| 4/2013 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 60 | 0,08 | 6,00 | 3,41 | 67,97 | | | 0,30 | | 1,71 | 3,42 | 2,28 | 0,05 |
| 100/2018 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | 2,08 | 5,26 | 13,50 | 110,05 | 0,10 | 0,06 | 13,41 | 7,5 | 20,69 | 60,94 | 24,70 | 0,87 |
| | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 111,51 | | | 14,08 | 18,59 | 87,45 | 573,78 | 0,37 | 0,18 | 19,83 | 31,5 | 56,91 | 271,00 | 133,67 | 5,73 |
| Итого за день: | | | 31,52 | 36,75 | 186,73 | 1204,11 | 0,74 | 0,56 | 22,72 | 96,3 | 352,11 | 648,78 | 228,55 | 8,95 |

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 27.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" ОВЗ 11-18л 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 96/2013 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ *2013 | 60 | 1,85 | 12,72 | 31,13 | 246,30 | 0,03 | 0,02 | 0,15 | 30,0 | 10,28 | 19,58 | 5,03 | 0,68 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 250 | 10,89 | 15,63 | 47,81 | 375,43 | 0,32 | 0,23 | 1,69 | 76,0 | 175,88 | 266,38 | 70,08 | 1,84 |
| 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. | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| Итого по подменю: 65,98 руб. | | | 19,92 | 31,61 | 118,49 | 838,02 | 0,45 | 0,43 | 3,14 | 126,0 | 319,53 | 424,18 | 106,31 | 3,73 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| 4/2013 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 100 | 0,14 | 10,00 | 5,68 | 113,28 | 0,01 | 0,01 | 0,50 | | 2,85 | 5,70 | 3,80 | 0,09 |
| 134/2013 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,43 | 6,88 | 17,64 | 142,69 | 0,11 | 0,08 | 16,78 | 15,0 | 24,20 | 69,10 | 27,15 | 0,95 |
| 339/2018 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ | 100 | 19,02 | 12,72 | 15,31 | 251,77 | 0,08 | 0,16 | 0,29 | 4,4 | 37,29 | 183,86 | 23,42 | 2,41 |
| 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 |
| 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. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 125,03 | | | 34,65 | 38,21 | 114,32 | 940,23 | 0,51 | 0,39 | 24,34 | 48,2 | 128,17 | 498,03 | 180,69 | 9,08 |

Итого за день: 54,57 69,82 232,81 1778,25 0,96 0,82 27,48 174,2 447,70 922,21 287,00 12,81

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 27.02.2026 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОБЗ 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 4/2013 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 60 | 0,08 | 6,00 | 3,41 | 67,97 | | | 0,30 | | 1,71 | 3,42 | 2,28 | 0,05 |
| 100/2018 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | 2,08 | 5,26 | 13,50 | 110,05 | 0,10 | 0,06 | 13,41 | 7,5 | 20,69 | 60,94 | 24,70 | 0,87 |
| | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 111,51 14,08 18,59 87,45 573,78 0,37 0,18 19,83 31,5 56,91 271,00 133,67 5,73

ПОЛДНИК

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-----------------------------|-----|------|------|-------|--------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|
| 590/2013 | КОНД.ИЗДЕЛИЕ / ПЕЧЕНЬЕ | 100 | 7,50 | 9,80 | 74,40 | 415,80 | 0,08 | 0,05 | | 10,0 | 29,00 | 90,00 | 20,00 | 2,10 |
| 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 |

Итого по подменю: 28,46 руб. 7,94 9,82 96,18 504,86 0,08 0,06 0,40 10,0 51,50 105,40 26,00 3,33

Итого за день: 22,02 28,41 183,63 1078,64 0,45 0,24 20,23 41,5 108,41 376,40 159,67 9,06

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 27.02.2026 года

МАОУ "Фроловская школа" "Навигатор" ОВЗ 11-18 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 | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 4/2013 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 100 | 0,14 | 10,00 | 5,68 | 113,28 | 0,01 | 0,01 | 0,50 | | 2,85 | 5,70 | 3,80 | 0,09 |
| 134/2013 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,43 | 6,88 | 17,64 | 142,69 | 0,11 | 0,08 | 16,78 | 15,0 | 24,20 | 69,10 | 27,15 | 0,95 |
| 339/2018 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ | 100 | 19,02 | 12,72 | 15,31 | 251,77 | 0,08 | 0,16 | 0,29 | 4,4 | 37,29 | 183,86 | 23,42 | 2,41 |
| 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 |
| 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. | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,20 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| 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: 125,03

34,65 38,21 114,32 940,23 0,51 0,39 24,34 48,2 128,17 498,03 180,69 9,08

ПОЛДНИК

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|------|------|------|------|-------|--------|-------|------|
| 590/2013 | КОНД.ИЗДЕЛИЕ/ ПЕЧЕНЬЕ | 150 | 11,25 | 14,70 | 111,60 | 623,70 | 0,12 | 0,08 | | 15,0 | 43,50 | 135,00 | 30,00 | 3,15 |
| 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 |

Итого по подменю: 32,91 руб.

11,69 14,72 133,38 712,76 0,12 0,09 0,40 15,0 66,00 150,40 36,00 4,38

Итого за день:

46,34 52,93 247,70 1652,99 0,63 0,48 24,74 63,2 194,17 648,43 216,69 13,46

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 28.02.2026 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 | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 250 | 10,89 | 15,63 | 47,81 | 375,43 | 0,32 | 0,23 | 1,69 | 76,0 | 175,88 | 266,38 | 70,08 | 1,84 |
| 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: 120,00 | | | 19,87 | 28,55 | 115,39 | 797,85 | 0,46 | 0,42 | 3,09 | 116,0 | 316,24 | 411,86 | 96,51 | 3,14 |
| Итого за день: | | | 19,87 | 28,55 | 115,39 | 797,85 | 0,46 | 0,42 | 3,09 | 116,0 | 316,24 | 411,86 | 96,51 | 3,14 |

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

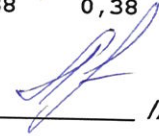
/Чернякевич Е.З./

Меню на 28.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" до 7-10 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 72/2018 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ* | 40 | 1,58 | 5,80 | 23,28 | 151,64 | 0,02 | 0,01 | 0,10 | | 6,60 | 14,80 | 4,00 | 0,50 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 220 | 9,58 | 13,75 | 42,07 | 330,38 | 0,28 | 0,21 | 1,49 | 66,8 | 154,77 | 234,41 | 61,67 | 1,62 |
| 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: 111,51 | | | 17,01 | 22,38 | 99,77 | 668,53 | 0,38 | 0,38 | 2,89 | 86,9 | 289,93 | 365,39 | 85,30 | 2,69 |
| Итого за день: | | | 17,01 | 22,38 | 99,77 | 668,53 | 0,38 | 0,38 | 2,89 | 86,9 | 289,93 | 365,39 | 85,30 | 2,69 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 28.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" до 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 250 | 10,89 | 15,63 | 47,81 | 375,43 | 0,32 | 0,23 | 1,69 | 76,0 | 175,88 | 266,38 | 70,08 | 1,84 |
| 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: 125,03 | | | 19,87 | 28,55 | 115,39 | 797,85 | 0,46 | 0,42 | 3,09 | 116,0 | 316,24 | 411,86 | 96,51 | 3,14 |
| Итого за день: | | | 19,87 | 28,55 | 115,39 | 797,85 | 0,46 | 0,42 | 3,09 | 116,0 | 316,24 | 411,86 | 96,51 | 3,14 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 28.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 72/2018 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ* | 40 | 1,58 | 5,80 | 23,28 | 151,64 | 0,02 | 0,01 | 0,10 | | 6,60 | 14,80 | 4,00 | 0,50 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 220 | 9,58 | 13,75 | 42,07 | 330,38 | 0,28 | 0,21 | 1,49 | 66,8 | 154,77 | 234,41 | 61,67 | 1,62 |
| 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: 111,51 17,01 22,38 99,77 668,53 0,38 0,38 2,89 86,9 289,93 365,39 85,30 2,69

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 |
| 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: 53,97 руб. 3,88 5,00 39,64 219,08 0,08 0,04 12,00 26,0 35,60 48,00 16,80 3,04

Итого за день: 20,89 27,38 139,41 887,61 0,46 0,42 14,89 112,9 325,53 413,39 102,10 5,73

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 28.02.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 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 | Мg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 258/2013 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ* | 250 | 10,89 | 15,63 | 47,81 | 375,43 | 0,32 | 0,23 | 1,69 | 76,0 | 175,88 | 266,38 | 70,08 | 1,84 |
| 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: 125,03 | | | 19,87 | 28,55 | 115,39 | 797,85 | 0,46 | 0,42 | 3,09 | 116,0 | 316,24 | 411,86 | 96,51 | 3,14 |

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 |
| 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: 65,98 руб. | | | 4,35 | 5,50 | 51,90 | 274,50 | 0,09 | 0,06 | 15,00 | 5,0 | 38,50 | 61,50 | 23,50 | 4,35 |
| Итого за день: | | | 24,22 | 34,05 | 167,29 | 1072,35 | 0,55 | 0,48 | 18,09 | 121,0 | 354,74 | 473,36 | 120,01 | 7,49 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./