

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 17.04.2026 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														
372/2018	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,91	17,52	10,90	264,90	0,10	0,16	1,85	35,4	57,30	158,87	21,31	1,31
256/2018	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,77	7,43	43,21	266,78	0,10	0,03		32,1	24,60	57,91	10,45	1,08
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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			27,24	25,43	98,61	732,26	0,27	0,21	1,85	67,5	94,35	255,78	40,16	3,10

ОБЕД														
21/2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ"	100	0,01	0,06	0,11	1,04			0,05		0,24	0,50	0,34	0,01
147/ 2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ* / 2013	250	2,87	2,96	20,79	121,25	0,12	0,07	16,50		15,20	63,55	24,05	0,99
348/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	15,60	7,05	10,06	166,05	0,08	0,12	3,27		20,91	160,62	22,17	2,33
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
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ/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			32,23	19,72	128,57	820,60	0,54	0,45	250,51	38,2	125,83	445,79	112,14	7,90
Итого за день:			59,47	45,15	227,18	1552,86	0,81	0,66	252,36	105,7	220,18	701,57	152,30	11,00

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 17.04.2026 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	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
372/2018	БИТОЧЕК ИЗ ПТИЦЫ	90	14,31	15,74	9,79	238,04	0,09	0,14	1,66	31,8	41,70	140,88	18,58	1,10
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
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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			24,51	22,41	90,30	660,94	0,25	0,19	1,66	58,6	74,65	228,14	35,69	2,71

ОБЕД														
21/2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ "	60	0,01	0,04	0,07	0,62			0,03		0,15	0,30	0,20	
147/ 2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ / 2013	200	2,30	2,37	16,63	97,00	0,09	0,05	13,20		12,16	50,84	19,24	0,79
348/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	90	14,04	6,35	9,05	149,45	0,07	0,10	2,94		18,82	144,55	19,95	2,10
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	6,68	21,72	159,76	0,16	0,13	25,57	31,7	42,74	95,90	32,31	1,19
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ/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: 111,51			29,46	17,04	119,01	747,07	0,47	0,38	241,74	31,7	111,97	397,59	98,50	7,23

Итого за день: 53,97 39,45 209,31 1408,01 0,72 0,57 243,40 90,3 186,62 625,73 134,19 9,94

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 17.04.2026 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	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
372/2018	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,91	17,52	10,90	264,90	0,10	0,16	1,85	35,4	57,30	158,87	21,31	1,31
256/2018	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,77	7,43	43,21	266,78	0,10	0,03		32,1	24,60	57,91	10,45	1,08
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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

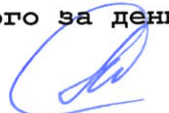
Итого по подменю: 125,03 27,24 25,43 98,61 732,26 0,27 0,21 1,85 67,5 94,35 255,78 40,16 3,10

ОБЕД

21/2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ"	100	0,01	0,06	0,11	1,04			0,05		0,24	0,50	0,34	0,01
147/ 2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ* / 2013	250	2,87	2,96	20,79	121,25	0,12	0,07	16,50		15,20	63,55	24,05	0,99
348/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	15,60	7,05	10,06	166,05	0,08	0,12	3,27		20,91	160,62	22,17	2,33
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
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ/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 32,23 19,72 128,57 820,60 0,54 0,45 250,51 38,2 125,83 445,79 112,14 7,90

Итого за день: 59,47 45,15 227,18 1552,86 0,81 0,66 252,36 105,7 220,18 701,57 152,30 11,00

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 17.04.2026 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														
372/2018	БИТОЧЕК ИЗ ПТИЦЫ	90	14,31	15,74	9,79	238,04	0,09	0,14	1,66	31,8	41,70	140,88	18,58	1,10
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
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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. 24,51 22,41 90,30 660,94 0,25 0,19 1,66 58,6 74,65 228,14 35,69 2,71

ОБЕД

21/2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ "	60	0,01	0,04	0,07	0,62			0,03		0,15	0,30	0,20	
147/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ / 2013	200	2,30	2,37	16,63	97,00	0,09	0,05	13,20		12,16	50,84	19,24	0,79
348/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	90	14,04	6,35	9,05	149,45	0,07	0,10	2,94		18,82	144,55	19,95	2,10
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	6,68	21,72	159,76	0,16	0,13	25,57	31,7	42,74	95,90	32,31	1,19
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ/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: 111,51 29,46 17,04 119,01 747,07 0,47 0,38 241,74 31,7 111,97 397,59 98,50 7,23

Итого за день: 53,97 39,45 209,31 1408,01 0,72 0,57 243,40 90,3 186,62 625,73 134,19 9,94

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 17.04.2026 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															
372/2018	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,91	17,52	10,90	264,90	0,10	0,16	1,85	35,4	57,30	158,87	21,31	1,31	
256/2018	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,77	7,43	43,21	266,78	0,10	0,03		32,1	24,60	57,91	10,45	1,08	
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05	
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.	27,24	25,43	98,61	732,26	0,27	0,21	1,85	67,5	94,35	255,78	40,16	3,10

ОБЕД															
21/2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ"	100	0,01	0,06	0,11	1,04			0,05		0,24	0,50	0,34	0,01	
147/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ* / 2013	250	2,87	2,96	20,79	121,25	0,12	0,07	16,50		15,20	63,55	24,05	0,99	
348/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	15,60	7,05	10,06	166,05	0,08	0,12	3,27		20,91	160,62	22,17	2,33	
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	
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63	
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ/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	32,23	19,72	128,57	820,60	0,54	0,45	250,51	38,2	125,83	445,79	112,14	7,90

Итого за день:

59,47 45,15 227,18 1552,86 0,81 0,66 252,36 105,7 220,18 701,57 152,30 11,00

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 17.04.2026 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	Мг	Fe
ОБЕД														
21/2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ "	60	0,01	0,04	0,07	0,62			0,03		0,15	0,30	0,20	
147/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ / 2013	200	2,30	2,37	16,63	97,00	0,09	0,05	13,20		12,16	50,84	19,24	0,79
348/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	90	14,04	6,35	9,05	149,45	0,07	0,10	2,94		18,82	144,55	19,95	2,10
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	6,68	21,72	159,76	0,16	0,13	25,57	31,7	42,74	95,90	32,31	1,19
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ/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: 111,51			29,46	17,04	119,01	747,07	0,47	0,38	241,74	31,7	111,97	397,59	98,50	7,23
ПОЛДНИК														
541/2018	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ*	100	9,37	9,63	58,00	356,07	0,14	0,08		52,9	24,09	88,57	13,92	1,21
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
Итого по подменю: 28,46 руб.			9,43	9,64	68,20	397,18	0,14	0,08	2,88	52,9	27,28	90,16	14,79	1,28
Итого за день:			38,89	26,68	187,21	1144,25	0,61	0,46	244,62	84,6	139,25	487,75	113,29	8,51

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 17.04.2026 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														
21/2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ"	100	0,01	0,06	0,11	1,04			0,05		0,24	0,50	0,34	0,01
147/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ* / 2013	250	2,87	2,96	20,79	121,25	0,12	0,07	16,50		15,20	63,55	24,05	0,99
348/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	15,60	7,05	10,06	166,05	0,08	0,12	3,27		20,91	160,62	22,17	2,33
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
496/2018	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ/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			32,23	19,72	128,57	820,60	0,54	0,45	250,51	38,2	125,83	445,79	112,14	7,90

ПОЛДНИК

541/2018	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ ***	150	14,06	14,45	87,00	534,11	0,22	0,13		79,3	36,13	132,86	20,88	1,81
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
Итого по подменю: 32,91 руб.			14,12	14,46	97,20	575,22	0,22	0,13	2,88	79,3	39,32	134,45	21,75	1,88

Итого за день:

46,35 34,18 225,77 1395,82 0,76 0,58 253,39 117,5 165,15 580,24 133,89 9,78

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 18.04.2026 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 18.04.2026 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 18.04.2026 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														
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 18.04.2026 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 18.04.2026 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОБЗ 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														
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./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.04.2026 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														
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
253/2013	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ*	250	7,69	13,33	53,15	363,31	0,10	0,24	1,77	72,7	173,42	208,47	46,51	0,74
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

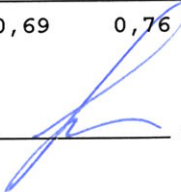
Итого по подменю: 120,00 16,48 23,59 97,55 668,44 0,20 0,36 16,91 138,7 386,93 370,48 75,61 4,70

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
104/2018	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,00	6,69	8,95	104,01	0,06	0,06	30,01	15,0	41,63	48,43	20,69	0,75
339/2018	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ*	100	19,33	10,85	15,85	238,34	0,08	0,16	0,30	4,6	38,78	187,25	23,92	2,45
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,84	7,72	30,89	220,42	0,23	0,12	3,89	28,8	43,44	169,38	109,85	3,88
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
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	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 36,35 26,40 117,51 856,09 0,49 0,40 39,60 48,4 188,85 523,46 192,56 10,90

Итого за день: 52,83 49,99 215,06 1524,53 0,69 0,76 56,51 187,1 575,78 893,94 268,17 15,60

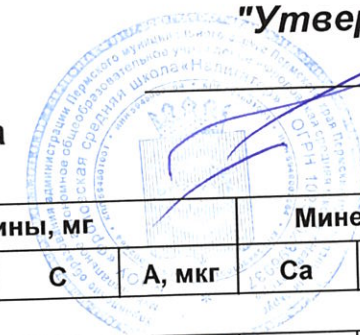
Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.04.2026 года



MAOU "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	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
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
253/2013	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	220	6,86	12,59	41,92	308,42	0,09	0,21	1,57	68,2	151,74	185,40	41,34	0,63
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
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: 111,51			13,87	21,39	80,92	571,64	0,17	0,30	13,68	122,7	314,45	311,36	64,54	3,83

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
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
339/2018	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	17,39	9,76	14,26	214,50	0,07	0,15	0,27	4,1	34,90	168,53	21,53	2,20
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,70	6,44	25,74	183,69	0,19	0,10	3,24	24,0	14,12	136,65	90,22	3,06
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
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			30,98	21,99	99,79	722,86	0,39	0,34	31,07	35,6	132,59	435,98	158,11	9,04

Итого за день:

44,85 43,38 180,71 1294,50 0,56 0,64 44,75 158,3 447,04 747,34 222,65 12,87

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.04.2026 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														
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
253/2013	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ*	250	7,69	13,33	53,15	363,31	0,10	0,24	1,77	72,7	173,42	208,47	46,51	0,74
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: 125,03

16,48 23,59 97,55 668,44 0,20 0,36 16,91 138,7 386,93 370,48 75,61 4,70

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
104/2018	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,00	6,69	8,95	104,01	0,06	0,06	30,01	15,0	41,63	48,43	20,69	0,75
339/2018	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ*	100	19,33	10,85	15,85	238,34	0,08	0,16	0,30	4,6	38,78	187,25	23,92	2,45
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,84	7,72	30,89	220,42	0,23	0,12	3,89	28,8	43,44	169,38	109,85	3,88
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
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	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

36,35 26,40 117,51 856,09 0,49 0,40 39,60 48,4 188,85 523,46 192,56 10,90

Итого за день:

52,83 49,99 215,06 1524,53 0,69 0,76 56,51 187,1 575,78 893,94 268,17 15,60

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 20.04.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВ37-10лет 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	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
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
253/2013	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	220	6,86	12,59	41,92	308,42	0,09	0,21	1,57	68,2	151,74	185,40	41,34	0,63
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
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.

13,87 21,39 80,92 571,64 0,17 0,30 13,68 122,7 314,45 311,36 64,54 3,83

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
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
339/2018	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	17,39	9,76	14,26	214,50	0,07	0,15	0,27	4,1	34,90	168,53	21,53	2,20
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,70	6,44	25,74	183,69	0,19	0,10	3,24	24,0	14,12	136,65	90,22	3,06
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
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

30,98 21,99 99,79 722,86 0,39 0,34 31,07 35,6 132,59 435,98 158,11 9,04

Итого за день:

44,85 43,38 180,71 1294,50 0,56 0,64 44,75 158,3 447,04 747,34 222,65 12,87

Директор *[Подпись]* /Банникова Т.Н./

Зав. производством *[Подпись]* /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.04.2026 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
253/2013	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ*	250	7,69	13,33	53,15	363,31	0,10	0,24	1,77	72,7	173,42	208,47	46,51	0,74
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 подмену: 65,98 руб.

16,48 23,59 97,55 668,44 0,20 0,36 16,91 138,7 386,93 370,48 75,61 4,70

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
104/2018	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,00	6,69	8,95	104,01	0,06	0,06	30,01	15,0	41,63	48,43	20,69	0,75
339/2018	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ*	100	19,33	10,85	15,85	238,34	0,08	0,16	0,30	4,6	38,78	187,25	23,92	2,45
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,84	7,72	30,89	220,42	0,23	0,12	3,89	28,8	43,44	169,38	109,85	3,88
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
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	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подмену: 125,03

36,35 26,40 117,51 856,09 0,49 0,40 39,60 48,4 188,85 523,46 192,56 10,90

Итого за день:

52,83 49,99 215,06 1524,53 0,69 0,76 56,51 187,1 575,78 893,94 268,17 15,60

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.04.2026 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														
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
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
339/2018	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	17,39	9,76	14,26	214,50	0,07	0,15	0,27	4,1	34,90	168,53	21,53	2,20
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,70	6,44	25,74	183,69	0,19	0,10	3,24	24,0	14,12	136,65	90,22	3,06
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
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			30,98	21,99	99,79	722,86	0,39	0,34	31,07	35,6	132,59	435,98	158,11	9,04

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
457/2018	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31	0,01		0,03
Итого по подменю: 28,46 руб.			7,50	9,80	84,38	455,72	0,08	0,05		10,0	29,31	90,01	20,00	2,13

Итого за день: 38,48 31,79 184,17 1178,58 0,47 0,39 31,07 45,6 161,90 525,99 178,11 11,17

Директор  /Банникова Т.Н./

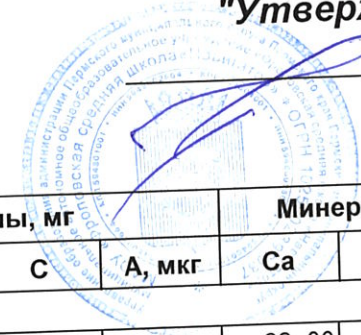
Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 20.04.2026 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														
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
104/2018	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,00	6,69	8,95	104,01	0,06	0,06	30,01	15,0	41,63	48,43	20,69	0,75
339/2018	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ*	100	19,33	10,85	15,85	238,34	0,08	0,16	0,30	4,6	38,78	187,25	23,92	2,45
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,84	7,72	30,89	220,42	0,23	0,12	3,89	28,8	43,44	169,38	109,85	3,88
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
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	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			36,35	26,40	117,51	856,09	0,49	0,40	39,60	48,4	188,85	523,46	192,56	10,90
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
457/2018	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31	0,01		0,03
Итого по подменю: 32,91 руб.			11,25	14,70	121,58	663,62	0,12	0,08		15,0	43,81	135,01	30,00	3,18
Итого за день:			47,60	41,10	239,09	1519,71	0,61	0,48	39,60	63,4	232,66	658,47	222,56	14,08

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.04.2026 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														
388/2013	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ/ 2013	100/30	16,59	12,51	12,43	228,64	0,09	0,17	3,68	28,8	61,17	190,83	26,70	2,40
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 2013	180	6,77	7,43	43,21	266,78	0,10	0,03		32,1	24,60	57,91	10,45	1,08
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

Итого по подменю: 120,00 27,92 20,42 95,14 675,98 0,26 0,22 3,68 60,9 98,08 287,75 45,55 4,17

ОБЕД

50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ *2013	100	1,43	5,08	8,37	84,97	0,02	0,04	9,50		35,76	41,08	20,94	1,34
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
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
487/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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..	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 37,95 49,12 141,21 1159,23 0,46 0,38 44,75 57,5 138,54 513,83 140,23 8,24

Итого за день: 65,87 69,54 236,35 1835,21 0,72 0,60 48,43 118,4 236,62 801,58 185,78 12,41

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.04.2026 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														
388/2013	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 2013	90/30	15,06	11,57	11,52	210,42	0,08	0,16	3,35	27,6	58,82	174,94	24,51	2,17
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 2013	150	5,64	6,19	36,01	222,32	0,09	0,03		26,8	20,50	48,26	8,71	0,90
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
Итого по подменю: 111,51			25,26	18,24	87,03	613,30	0,24	0,21	3,35	54,4	91,63	262,21	41,62	3,76

ОБЕД

50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ *	60	0,86	3,05	5,02	50,98	0,01	0,02	5,70		21,46	24,65	12,56	0,80
134/2013	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СО СМЕТАНОЙ*	200/5	1,87	5,05	14,00	109,35	0,09	0,06	13,42	7,5	16,78	53,48	21,48	0,75
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
487/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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			30,92	39,85	112,71	933,60	0,37	0,30	36,47	35,9	102,94	426,94	114,00	6,93

Итого за день: 56,18 58,09 199,74 1546,90 0,61 0,51 39,82 90,3 194,57 689,15 155,62 10,69

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.04.2026 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														
388/2013	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ/ 2013	100/30	16,59	12,51	12,43	228,64	0,09	0,17	3,68	28,8	61,17	190,83	26,70	2,40
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 2013	180	6,77	7,43	43,21	266,78	0,10	0,03		32,1	24,60	57,91	10,45	1,08
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
Итого по подменю: 125,03			27,92	20,42	95,14	675,98	0,26	0,22	3,68	60,9	98,08	287,75	45,55	4,17

ОБЕД

50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ *2013	100	1,43	5,08	8,37	84,97	0,02	0,04	9,50		35,76	41,08	20,94	1,34
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
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
487/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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..	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			37,95	49,12	141,21	1159,23	0,46	0,38	44,75	57,5	138,54	513,83	140,23	8,24
Итого за день:			65,87	69,54	236,35	1835,21	0,72	0,60	48,43	118,4	236,62	801,58	185,78	12,41

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.04.2026 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														
388/2013	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 2013	90/30	15,06	11,57	11,52	210,42	0,08	0,16	3,35	27,6	58,82	174,94	24,51	2,17
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 2013	150	5,64	6,19	36,01	222,32	0,09	0,03		26,8	20,50	48,26	8,71	0,90
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
Итого по подменю: 53,97 руб.			25,26	18,24	87,03	613,30	0,24	0,21	3,35	54,4	91,63	262,21	41,62	3,76

ОБЕД

50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ *	60	0,86	3,05	5,02	50,98	0,01	0,02	5,70		21,46	24,65	12,56	0,80
134/2013	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СО СМЕТАНОЙ*	200/5	1,87	5,05	14,00	109,35	0,09	0,06	13,42	7,5	16,78	53,48	21,48	0,75
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
487/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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			30,92	39,85	112,71	933,60	0,37	0,30	36,47	35,9	102,94	426,94	114,00	6,93

Итого за день: 56,18 58,09 199,74 1546,90 0,61 0,51 39,82 90,3 194,57 689,15 155,62 10,69

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.04.2026 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														
388/2013	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ/ 2013	100/30	16,59	12,51	12,43	228,64	0,09	0,17	3,68	28,8	61,17	190,83	26,70	2,40
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 2013	180	6,77	7,43	43,21	266,78	0,10	0,03		32,1	24,60	57,91	10,45	1,08
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
Итого по подменю: 65,98 руб.			27,92	20,42	95,14	675,98	0,26	0,22	3,68	60,9	98,08	287,75	45,55	4,17

ОБЕД														
50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ *2013	100	1,43	5,08	8,37	84,97	0,02	0,04	9,50		35,76	41,08	20,94	1,34
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
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
487/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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..	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			37,95	49,12	141,21	1159,23	0,46	0,38	44,75	57,5	138,54	513,83	140,23	8,24

Итого за день:

65,87 69,54 236,35 1835,21 0,72 0,60 48,43 118,4 236,62 801,58 185,78 12,41

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.04.2026 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														
50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ *	60	0,86	3,05	5,02	50,98	0,01	0,02	5,70		21,46	24,65	12,56	0,80
134/2013	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, СО СМЕТАНОЙ*	200/5	1,87	5,05	14,00	109,35	0,09	0,06	13,42	7,5	16,78	53,48	21,48	0,75
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
487/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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			30,92	39,85	112,71	933,60	0,37	0,30	36,47	35,9	102,94	426,94	114,00	6,93

ПОЛДНИК

553/2013	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
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
Итого по подменю: 28,46 руб.			10,50	10,68	71,34	423,48	0,24	0,20	20,31	56,2	390,37	225,82	56,25	4,24
Итого за день:			41,42	50,53	184,05	1357,08	0,61	0,50	56,78	92,1	493,31	652,76	170,25	11,17

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

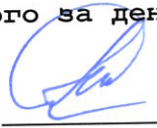
"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 21.04.2026 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														
50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ *2013	100	1,43	5,08	8,37	84,97	0,02	0,04	9,50		35,76	41,08	20,94	1,34
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
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
487/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	10,68		13,93	8,58	6,16	1,20
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..	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			37,95	49,12	141,21	1159,23	0,46	0,38	44,75	57,5	138,54	513,83	140,23	8,24
ПОЛДНИК														
553/2013	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ*	150	15,66	16,01	91,71	573,56	0,36	0,29	26,14	84,3	580,76	336,35	83,08	6,25
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
Итого по подменю: 32,91 руб.			15,72	16,02	101,91	614,67	0,36	0,29	29,02	84,3	583,95	337,94	83,95	6,32
Итого за день:			53,67	65,14	243,12	1773,90	0,82	0,67	73,77	141,8	722,49	851,77	224,18	14,56

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./