ИП Банникова Т.Н. *"Утверждаю"*

/Чернякевич Е.З./

Меню на 13.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
347/2018	КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"	100	15,92	13,07	13,81	236,51	0,08	0,14	0,82	15,4	35,08	149,71	19,34	1,69
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 подмену: 145,00			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 подмену: 150,00			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 13.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 13.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
347/2018	КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"	100	15,92	13,07	13,81	236,51	0,08	0,14	0,82	15,4	35,08	149,71	19,34	1,69
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 подмену: 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 подмену: 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 13.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 13.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
347/2018	КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"	100	15,92	13,07	13,81	236,51	0,08	0,14	0,82	15,4	35,08	149,71	19,34	1,69
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 подмену: 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 подмену: 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 13.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 13.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 14.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, 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: 145,00			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 СОЛЕНЫЙ	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: 150,00			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 14.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
157/2018	ОВОЩИ КОНС. 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 СОЛЕНЫЙ.	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 14.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, 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 подмену: 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 СОЛЕНЫЙ	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 подмену: 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 14.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
157/2018	ОВОЩИ КОНС. 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 подмену: 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 СОЛЕНЫЙ.	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 подмену: 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 14.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, 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 подмену: 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 СОЛЕНЫЙ	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 подмену: 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 14.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ.	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 14.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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 15.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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: 145,00			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: 150,00			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 15.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 15.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 15.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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: 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
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 15.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 15.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
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
	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:			39,14	39,85	197,41	1305,24	0,52	0,38	20,49	45,4	141,97	541,87	180,75	11,23

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 15.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 16.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 145,00			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 подмену: 150,00			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 16.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, 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 подмену: 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 подмену: 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 16.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 16.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, 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 подмену: 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 подмену: 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 16.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 16.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	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 16.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 17.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 145,00			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 17.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 17.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 17.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 17.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 19.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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: 145,00			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													
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
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: 150,00			37,45	35,20	123,51	960,59	0,49	0,38	41,60	48,4	206,85	536,46	193,56	11,00
Итого за день:			53,93	58,79	221,06	1629,03	0,69	0,74	58,51	187,1	593,78	906,94	269,17	15,70

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, 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													
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
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			31,64	27,27	103,39	785,56	0,39	0,33	32,27	35,6	143,02	443,70	158,69	9,10
Итого за день:			45,51	48,66	184,31	1357,20	0,56	0,63	45,95	158,3	457,47	755,06	223,23	12,93

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л/*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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: 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													
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
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			37,45	35,20	123,51	960,59	0,49	0,38	41,60	48,4	206,85	536,46	193,56	11,00
Итого за день:			53,93	58,79	221,06	1629,03	0,69	0,74	58,51	187,1	593,78	906,94	269,17	15,70

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, 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													
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
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			31,64	27,27	103,39	785,56	0,39	0,33	32,27	35,6	143,02	443,70	158,69	9,10
Итого за день:			45,51	48,66	184,31	1357,20	0,56	0,63	45,95	158,3	457,47	755,06	223,23	12,93

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н. *"Утверждаю"*

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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: 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													
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
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			37,45	35,20	123,51	960,59	0,49	0,38	41,60	48,4	206,85	536,46	193,56	11,00
Итого за день:			53,93	58,79	221,06	1629,03	0,69	0,74	58,51	187,1	593,78	906,94	269,17	15,70

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
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 подмену: 111,51			31,64	27,27	103,39	785,56	0,39	0,33	32,27	35,6	143,02	443,70	158,69	9,10
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 подмену: 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:			39,14	37,07	187,77	1241,28	0,47	0,38	32,27	45,6	172,33	533,71	178,69	11,23

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

_____ /Чернякевич.Е.З./

Меню на 19.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
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			37,45	35,20	123,51	960,59	0,49	0,38	41,60	48,4	206,85	536,46	193,56	11,00
	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 подмену: 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:			**48,70**	**49,90**	**245,09**	**1624,21**	**0,61**	**0,46**	**41,60**	**63,4**	**250,66**	**671,47**	**223,56**	**14,18**

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 145,00			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 подмену: 150,00			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 20.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 20.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 подмену: 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 подмену: 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 20.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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: 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 20.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	.C	A, мкг	Ca	P	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: 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 20.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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 20.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
223/2018	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ*2018	250	10,73	10,43	47,01	324,82	0,31	0,23	1,69	51,0	178,67	262,79	69,41	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 подмену: 145,00			19,95	26,14	122,40	804,51	0,45	0,42	3,14	101,0	321,51	411,55	96,87	3,31
	ОБЕД													
175/2013	КУКУРУЗА КОНС. ОТВАРНАЯ*	100	3,02	5,63	22,53	152,88	0,38	0,15		20,0	35,20	302,50	104,00	3,71
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
	РЫБНЫЕ ФИГУРКИ В ПАНИРОВКЕ*	108	11,61	16,43	21,11	278,78						0,12		
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	8,05	26,07	192,02	0,19	0,16	30,69	38,2	51,38	115,12	38,78	1,42
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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 подмену: 150,00			30,57	34,39	157,38	1061,31	0,83	0,42	47,19	58,2	128,03	583,89	190,23	8,69
	Итого за день:		50,52	60,53	279,78	1865,82	1,28	0,84	50,33	159,2	449,54	995,44	287,10	12,00

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
96/2013	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ *	40	1,22	0,12	20,38	87,48	0,02	0,01	0,10		5,80	11,55	3,50	0,43
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
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			16,51	12,13	96,17	559,83	0,37	0,37	2,89	64,9	291,59	358,99	84,21	2,62
	ОБЕД													
175/2013	КУКУРУЗА КОНС. ОТВАРНАЯ	60	1,81	3,38	13,52	91,73	0,23	0,09		12,0	21,12	181,50	62,40	2,23
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
	РЫБНЫЕ ФИГУРКИ В ПАНИРОВКЕ*	108	11,61	16,43	21,11	278,78						0,12		
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	6,68	21,72	159,76	0,16	0,13	25,57	31,7	42,74	95,90	32,31	1,19
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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	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			26,63	30,02	130,02	896,77	0,59	0,30	38,77	43,7	98,27	417,96	134,55	6,56
	Итого за день:		43,14	42,15	226,19	1456,60	0,96	0,67	41,66	108,6	389,86	776,95	218,76	9,18

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
223/2018	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ*2018	250	10,73	10,43	47,01	324,82	0,31	0,23	1,69	51,0	178,67	262,79	69,41	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 подмену: 125,03			19,95	26,14	122,40	804,51	0,45	0,42	3,14	101,0	321,51	411,55	96,87	3,31
	ОБЕД													
175/2013	КУКУРУЗА КОНС. ОТВАРНАЯ*	100	3,02	5,63	22,53	152,88	0,38	0,15		20,0	35,20	302,50	104,00	3,71
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
	РЫБНЫЕ ФИГУРКИ В ПАНИРОВКЕ*	108	11,61	16,43	21,11	278,78						0,12		
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	8,05	26,07	192,02	0,19	0,16	30,69	38,2	51,38	115,12	38,78	1,42
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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 подмену: 125,03			30,57	34,39	157,38	1061,31	0,83	0,42	47,19	58,2	128,03	583,89	190,23	8,69
	Итого за день:		50,52	60,53	279,78	1865,82	1,28	0,84	50,33	159,2	449,54	995,44	287,10	12,00

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
96/2013	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ *	40	1,22	0,12	20,38	87,48	0,02	0,01	0,10		5,80	11,55	3,50	0,43
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
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: 53,97 руб.			16,51	12,13	96,17	559,83	0,37	0,37	2,89	64,9	291,59	358,99	84,21	2,62
	ОБЕД													
175/2013	КУКУРУЗА КОНС. ОТВАРНАЯ	60	1,81	3,38	13,52	91,73	0,23	0,09		12,0	21,12	181,50	62,40	2,23
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
	РЫБНЫЕ ФИГУРКИ В ПАНИРОВКЕ*	108	11,61	16,43	21,11	278,78						0,12		
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	6,68	21,72	159,76	0,16	0,13	25,57	31,7	42,74	95,90	32,31	1,19
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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	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			26,63	30,02	130,02	896,77	0,59	0,30	38,77	43,7	98,27	417,96	134,55	6,56
Итого за день:			43,14	42,15	226,19	1456,60	0,96	0,67	41,66	108,6	389,86	776,95	218,76	9,18

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
223/2018	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ*2018	250	10,73	10,43	47,01	324,82	0,31	0,23	1,69	51,0	178,67	262,79	69,41	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 подмену: 65,98 руб.			19,95	26,14	122,40	804,51	0,45	0,42	3,14	101,0	321,51	411,55	96,87	3,31
	ОБЕД													
175/2013	КУКУРУЗА КОНС. ОТВАРНАЯ*	100	3,02	5,63	22,53	152,88	0,38	0,15		20,0	35,20	302,50	104,00	3,71
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
	РЫБНЫЕ ФИГУРКИ В ПАНИРОВКЕ*	108	11,61	16,43	21,11	278,78						0,12		
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	8,05	26,07	192,02	0,19	0,16	30,69	38,2	51,38	115,12	38,78	1,42
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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 подмену: 125,03			30,57	34,39	157,38	1061,31	0,83	0,42	47,19	58,2	128,03	583,89	190,23	8,69
	Итого за день:		50,52	60,53	279,78	1865,82	1,28	0,84	50,33	159,2	449,54	995,44	287,10	12,00

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
175/2013	КУКУРУЗА КОНС. ОТВАРНАЯ	60	1,81	3,38	13,52	91,73	0,23	0,09		12,0	21,12	181,50	62,40	2,23
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
	РЫБНЫЕ ФИГУРКИ В ПАНИРОВКЕ*	108	11,61	16,43	21,11	278,78						0,12		
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	6,68	21,72	159,76	0,16	0,13	25,57	31,7	42,74	95,90	32,31	1,19
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
Итого по подмену: 111,51			26,63	30,02	130,02	896,77	0,59	0,30	38,77	43,7	98,27	417,96	134,55	6,56
	ПОЛДНИК													
589/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ- ПРЯНИК	100	5,50	6,50	73,00	372,50	0,11	0,06		65,0	41,00	87,00	15,00	1,00
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
Итого по подмену: 28,46 руб.			5,50	6,50	87,98	432,44	0,11	0,06		65,0	41,45	87,00	15,00	1,05
	Итого за день:		32,13	36,52	218,00	1329,21	0,70	0,36	38,77	108,7	139,72	504,96	149,55	7,61

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н. *"Утверждаю"*

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 21.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
175/2013	КУКУРУЗА КОНС. ОТВАРНАЯ*	100	3,02	5,63	22,53	152,88	0,38	0,15		20,0	35,20	302,50	104,00	3,71
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
	РЫБНЫЕ ФИГУРКИ В ПАНИРОВКЕ*	108	11,61	16,43	21,11	278,78						0,12		
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	8,05	26,07	192,02	0,19	0,16	30,69	38,2	51,38	115,12	38,78	1,42
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
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 подмену: 125,03			30,57	34,39	157,38	1061,31	0,83	0,42	47,19	58,2	128,03	583,89	190,23	8,69
	ПОЛДНИК													
589/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ/ПРЯНИК	150	8,25	9,75	109,50	558,75	0,17	0,09		97,5	61,50	130,50	22,50	1,50
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
Итого по подмену: 32,91 руб.			8,25	9,75	124,48	618,69	0,17	0,09		97,5	61,95	130,50	22,50	1,55
	Итого за день:		38,82	44,14	281,86	1680,00	1,00	0,51	47,19	155,7	189,98	714,39	212,73	10,24

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
279/2018	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА*	220	39,75	16,65	34,44	446,58	0,13	0,63	1,12	58,9	330,41	446,81	60,94	1,10
471/2018	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	50	3,60	4,25	28,00	164,65	0,03	0,08	0,50	12,5	158,50	114,50	17,00	0,10
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
589/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ-ПРЯНИК	50	2,75	3,25	36,50	186,25	0,06	0,03		32,5	20,50	43,50	7,50	0,50
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 подмену: 145,00			50,72	24,64	138,66	979,23	0,29	0,76	4,50	103,9	524,60	645,40	94,71	2,43
	ОБЕД													
7/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,15	10,08	9,07	131,58	0,05	0,06	4,40		23,85	48,60	33,44	0,63
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
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
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
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 подмену: 150,00			39,81	41,37	157,17	1160,14	0,66	0,40	28,00	87,5	187,93	499,21	139,70	10,47
	Итого за день:		90,53	66,01	295,83	2139,37	0,95	1,16	32,50	191,5	712,53	1144,61	234,41	12,90

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н. *"Утверждаю"*

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
279/2018	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	32,64	13,63	28,88	368,72	0,11	0,52	0,96	48,6	274,55	369,01	50,41	0,90
471/2018	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,16	2,55	16,80	98,79	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	68,70	10,20	0,06
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
589/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ-ПРЯНИК	50	2,75	3,25	36,50	186,25	0,06	0,03		32,5	20,50	43,50	7,50	0,50
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			40,65	19,76	112,06	788,63	0,23	0,61	4,14	88,6	401,34	508,80	74,58	1,97
	ОБЕД													
7/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ*	60	0,69	6,05	5,44	78,95	0,03	0,04	2,64		14,31	29,16	20,06	0,38
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
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
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	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			33,95	33,19	131,01	958,54	0,54	0,33	22,50	74,6	146,21	415,68	110,43	9,18
	Итого за день:		74,60	52,95	243,07	1747,17	0,77	0,94	26,64	163,2	547,55	924,48	185,01	11,15

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
279/2018	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА*	220	39,75	16,65	34,44	446,58	0,13	0,63	1,12	58,9	330,41	446,81	60,94	1,10
471/2018	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	50	3,60	4,25	28,00	164,65	0,03	0,08	0,50	12,5	158,50	114,50	17,00	0,10
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
589/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ-ПРЯНИК	50	2,75	3,25	36,50	186,25	0,06	0,03		32,5	20,50	43,50	7,50	0,50
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 подмену: 125,03			50,72	24,64	138,66	979,23	0,29	0,76	4,50	103,9	524,60	645,40	94,71	2,43
	ОБЕД													
7/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,15	10,08	9,07	131,58	0,05	0,06	4,40		23,85	48,60	33,44	0,63
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
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
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 подмену: 125,03			39,81	41,37	157,17	1160,14	0,66	0,40	28,00	87,5	187,93	499,21	139,70	10,47
	Итого за день:		90,53	66,01	295,83	2139,37	0,95	1,16	32,50	191,5	712,53	1144,61	234,41	12,90

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

_____ /Чернякевич Е.З./

Меню на 22.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
279/2018	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	32,64	13,63	28,88	368,72	0,11	0,52	0,96	48,6	274,55	369,01	50,41	0,90
471/2018	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,16	2,55	16,80	98,79	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	68,70	10,20	0,06
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
589/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ-ПРЯНИК	50	2,75	3,25	36,50	186,25	0,06	0,03		32,5	20,50	43,50	7,50	0,50
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.		40,65	19,76	112,06	788,63	0,23	0,61	4,14	88,6	401,34	508,80	74,58	1,97
	ОБЕД													
7/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ*	60	0,69	6,05	5,44	78,95	0,03	0,04	2,64		14,31	29,16	20,06	0,38
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
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
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	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		33,95	33,19	131,01	958,54	0,54	0,33	22,50	74,6	146,21	415,68	110,43	9,18
	Итого за день:		74,60	52,95	243,07	1747,17	0,77	0,94	26,64	163,2	547,55	924,48	185,01	11,15

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
279/2018	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА*	220	39,75	16,65	34,44	446,58	0,13	0,63	1,12	58,9	330,41	446,81	60,94	1,10
471/2018	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	50	3,60	4,25	28,00	164,65	0,03	0,08	0,50	12,5	158,50	114,50	17,00	0,10
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
589/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ-ПРЯНИК	50	2,75	3,25	36,50	186,25	0,06	0,03		32,5	20,50	43,50	7,50	0,50
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.			50,72	24,64	138,66	979,23	0,29	0,76	4,50	103,9	524,60	645,40	94,71	2,43
ОБЕД														
7/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,15	10,08	9,07	131,58	0,05	0,06	4,40		23,85	48,60	33,44	0,63
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
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
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
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			39,81	41,37	157,17	1160,14	0,66	0,40	28,00	87,5	187,93	499,21	139,70	10,47
Итого за день:			90,53	66,01	295,83	2139,37	0,95	1,16	32,50	191,5	712,53	1144,61	234,41	12,90

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
7/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ*	60	0,69	6,05	5,44	78,95	0,03	0,04	2,64		14,31	29,16	20,06	0,38
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
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
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	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			33,95	33,19	131,01	958,54	0,54	0,33	22,50	74,6	146,21	415,68	110,43	9,18
	ПОЛДНИК													
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
306/08	БУЛОЧКА.ШКОЛЬНАЯ	100	9,04	5,30	55,42	305,52	0,15	0,06	0,53	4,7	21,40	84,84	17,88	1,14
Итого по подменю: 28,46 руб.			10,04	5,50	75,62	392,12	0,17	0,08	4,53	4,7	35,40	98,84	25,88	3,94
	Итого за день:		43,99	38,69	206,63	1350,66	0,71	0,41	27,03	79,4	181,61	514,52	136,31	13,12

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 22.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
7/2013	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,15	10,08	9,07	131,58	0,05	0,06	4,40		23,85	48,60	33,44	0,63
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
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
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 подмену: 125,03			39,81	41,37	157,17	1160,14	0,66	0,40	28,00	87,5	187,93	499,21	139,70	10,47
	ПОЛДНИК													
306/08	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	150	13,56	7,95	83,13	458,28	0,23	0,09	0,80	7,1	32,11	127,26	26,82	1,71
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 подмену: 32,91 руб.			14,56	8,15	103,33	544,88	0,25	0,11	4,80	7,1	46,11	141,26	34,82	4,51
	Итого за день:		54,37	49,52	260,50	1705,02	0,91	0,51	32,80	94,7	234,04	640,47	174,52	14,98

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н. *"Утверждаю"*

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
230/2018	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	6,62	8,39	33,13	234,49	0,14	0,21	1,46	47,7	149,59	184,91	34,55	1,52
267/2018	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	27,50	96,00	6,00	1,25
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
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.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
Итого по подмену: 145,00			23,55	21,92	100,91	695,13	0,32	0,63	2,76	218,7	326,86	453,93	77,75	4,38
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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
372/2018	КОТЛЕТЫ 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
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
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	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 подмену: 150,00			34,76	33,47	124,12	939,76	0,55	0,47	230,73	79,2	208,97	504,80	194,84	9,81
Итого за день:			58,31	55,39	225,03	1634,89	0,87	1,10	233,49	297,9	535,83	958,73	272,59	14,19

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
230/2018	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,30	6,68	26,44	187,00	0,11	0,17	1,17	38,0	123,03	148,50	27,82	1,24
267/2018	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	27,50	96,00	6,00	1,25
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
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	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
Итого по подмену: 111,51			20,71	20,05	84,38	600,76	0,26	0,58	2,47	209,0	296,30	404,52	68,22	3,88
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ.	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
372/2018	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,55	15,98	9,79	241,18	0,09	0,14	1,69	32,3	51,82	144,99	19,42	1,20
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
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.	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 подмену: 111,51			29,28	29,27	101,11	786,84	0,43	0,38	223,93	71,3	150,51	414,78	157,52	7,88
Итого за день:			49,99	49,32	185,49	1387,60	0,69	0,96	226,40	280,3	446,81	819,30	225,74	11,76

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л/*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
230/2018	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	6,62	8,39	33,13	234,49	0,14	0,21	1,46	47,7	149,59	184,91	34,55	1,52
267/2018	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	27,50	96,00	6,00	1,25
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
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.	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
Итого по подмену: 125,03			23,55	21,92	100,91	695,13	0,32	0,63	2,76	218,7	326,86	453,93	77,75	4,38
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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
372/2018	КОТЛЕТЫ 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
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
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	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 подмену: 125,03			34,76	33,47	124,12	939,76	0,55	0,47	230,73	79,2	208,97	504,80	194,84	9,81
Итого за день:			58,31	55,39	225,03	1634,89	0,87	1,10	233,49	297,9	535,83	958,73	272,59	14,19

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
230/2018	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,30	6,68	26,44	187,00	0,11	0,17	1,17	38,0	123,03	148,50	27,82	1,24
267/2018	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	27,50	96,00	6,00	1,25
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
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	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
Итого по подмену: 53,97 руб.			20,71	20,05	84,38	600,76	0,26	0,58	2,47	209,0	296,30	404,52	68,22	3,88
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ.	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
372/2018	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,55	15,98	9,79	241,18	0,09	0,14	1,69	32,3	51,82	144,99	19,42	1,20
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
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.	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 подмену: 111,51			29,28	29,27	101,11	786,84	0,43	0,38	223,93	71,3	150,51	414,78	157,52	7,88
Итого за день:			49,99	49,32	185,49	1387,60	0,69	0,96	226,40	280,3	446,81	819,30	225,74	11,76

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
230/2018	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	6,62	8,39	33,13	234,49	0,14	0,21	1,46	47,7	149,59	184,91	34,55	1,52
267/2018	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	27,50	96,00	6,00	1,25
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
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.	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.			23,55	21,92	100,91	695,13	0,32	0,63	2,76	218,7	326,86	453,93	77,75	4,38
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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
372/2018	КОТЛЕТЫ 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
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
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	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			34,76	33,47	124,12	939,76	0,55	0,47	230,73	79,2	208,97	504,80	194,84	9,81
Итого за день:			58,31	55,39	225,03	1634,89	0,87	1,10	233,49	297,9	535,83	958,73	272,59	14,19

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ.	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
372/2018	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,55	15,98	9,79	241,18	0,09	0,14	1,69	32,3	51,82	144,99	19,42	1,20
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
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.	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			30,42	30,55	106,26	823,57	0,47	0,40	224,58	76,1	179,83	447,51	177,15	8,70
	ПОЛДНИК													
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
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: 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:		36,89	36,38	159,14	1113,47	0,54	0,61	424,85	134,7	254,28	538,55	192,57	10,07

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

_____ /Чернякевич.Е.З./

Меню на 23.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД													
107/2013	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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
372/2018	КОТЛЕТЫ 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
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
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	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			34,76	33,47	124,12	939,76	0,55	0,47	230,73	79,2	208,97	504,80	194,84	9,81
	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:		44,12	42,12	193,68	1333,30	0,66	0,75	431,14	167,3	314,75	639,76	216,29	11,55

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
347/2018	КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"	100	15,92	13,07	13,81	236,51	0,08	0,14	0,82	15,4	35,08	149,71	19,34	1,69
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
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 подмену: 145,00			27,38	21,28	84,42	638,68	0,38	0,28	7,59	44,2	93,71	359,68	138,46	6,30
Итого за день:			27,38	21,28	84,42	638,68	0,38	0,28	7,59	44,2	93,71	359,68	138,46	6,30

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
	Итого за день:		24,64	18,69	77,89	578,30	0,33	0,24	6,86	37,8	60,88	311,98	116,90	5,31

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л/

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

_____ */Чернякевич Е.З./*

Меню на 24.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
347/2018	КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"	100	15,92	13,07	13,81	236,51	0,08	0,14	0,82	15,4	35,08	149,71	19,34	1,69
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
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 подмену: 125,03			27,38	21,28	84,42	638,68	0,38	0,28	7,59	44,2	93,71	359,68	138,46	6,30
	Итого за день:		27,38	21,28	84,42	638,68	0,38	0,28	7,59	44,2	93,71	359,68	138,46	6,30

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

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

_____ /Чернякевич Е.З./

Меню на 24.10.2026 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"ОВЗ7-10лет 1 смена

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	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
	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:			28,52	23,69	117,53	797,38	0,41	0,28	18,86	63,8	96,48	359,98	133,70	8,35

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 24.10.2026 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
347/2018	КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"	100	15,92	13,07	13,81	236,51	0,08	0,14	0,82	15,4	35,08	149,71	19,34	1,69
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
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			27,38	21,28	84,42	638,68	0,38	0,28	7,59	44,2	93,71	359,68	138,46	6,30
	ДОП. ПИТАНИЕ													
590/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	3,75	4,90	37,20	207,90	0,04	0,03		5,0	14,50	45,00	10,00	1,05
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:		31,73	26,78	136,32	913,18	0,47	0,34	22,59	49,2	132,21	421,18	161,96	10,65

Директор _____ */Банникова Т.Н./*

Зав. производством _____ */Журавлева Л.Л./*