

Утверждаю:

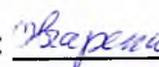
Директор  Е.А. Порывкина

7 апреля 2025г.

День 1-ый понедельник

МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ (7-11 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж	У		
Обед	Салат из свежей моркови	100	1,5	4	11	86	№49
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21	120	№140
	Котлета мясная	90	16,9	8,9	14	190	№451
	Греча рассыпчатая	150	8,4	10,8	41,25	180	№508
	Компот из ягод	200	0,1	-	24,9	9	№631
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
	Коржик молочный	75	4,8	8,5	48,4	188	№806
Полдник	Хлеб с маслом	40/10	3,05	8,54	20,98	101,2	№1
	Чай	200	0,2	-	-	58	№685
	Яблоко	100	0,4		11	46,8	

Повар:  /О.В. Овчаренко/

Утверждаю:

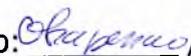
Директор  Е.А. Порывкина

8 апреля 2025г

День 2-ой вторник

МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ (7-11 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Б.	Ж	У		
Обед	Винегрет	100	0,68	3,95	3,9	54,5	№71
	Суп овощной	250	3,9	4,6	14,6	116	№135
	Котлета рыбная	90	10,9	7,8	13,2	196	№388
	Рис отварной	150	5,4	8,55	57,9	110	№511
	Компот из яблок	200	0,2	-	35,8	142	№631
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,24	20,92	24,2	
	Булочка дорожная	75	4	2,5	34	154	№770
Полдник	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	№693
	Калач	80	4,8	8,5	48,4	288	№807

Повар:  /О.В. Овчаренко/

Утверждаю:

Директор  Е.А. Порывкина

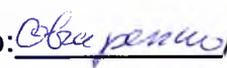
9 апреля 2025г

День 3-ий среда



МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ (7-11 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Б.	Ж	У		
Обед	Салат картофельный	100	0,94	1,93	6,56	58,4	№52
	Суп картофельный с рыбой	250	2	4,9	14,3	110	№178
	Тефтели мясные	90	13,5	22,6	39,8	210,1	№461
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,4	8,55	57,9	235	№332
		200	0,1	-	24,9	97	№700
	Компот клюквенный						
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,24	26,92	24,2	
Булочка со сгущенным молоком	60	8,6	2,5	50,4	154	№771	
Полдник	Хлеб с повидлом	50/15	3,1	0,5	25,8	120,1	№2
	Яблоко	100	0,4	-	11	46,8	
	Чай	200	0,2	-	-	58	№685

Повар:  /О.В.Овчаренко/

Утверждаю:

Директор  Е.А. Порывкина

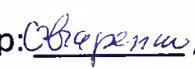
10 апреля 2025г

День 4-ый четверг



МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ (7-11 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Б.	Ж	У		
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	1,32	4	6,9	68	№43
	Борщ с капустой и картофелем	250	3,5	8	25,5	193	№110
	Рыба отварная	90	15,52	0,64	-	70,4	№369
	Пюре картофельное	150	4,8	10,2	34,65	150	№520
	Компот из ягод	200	0,1	-	24,9	97	№700
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,24	26,92	24,2	
	Плюшка	75	6	13,2	44	194	№766
Полдник	Яйцо вареное	40	6,3	5,2	0,7	76	№337
	Чай	200	0,2	-	-	58	№685
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,15	30,25	

Повар:  /О.В. Овчаренко/

Директор  Е.А. Порывкина

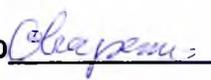
11 апреля 2025г

День 5-ый пятница



МЕНЮ столовой МБОУ Нижнетоемская СОШ дет.сад (с 3 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б.	Ж	У		
Завтрак	Каша гречневая с маслом	200/5	6,7	11	26	209	302
	Кисель	200	1,6	-	30,93	123	648
	Печенье	45	2,5	7,1	18,3	148	
2 завтрак	Йогурт питьевой	100	4,2	3,75	16,5	117	
Обед	Суп картофельный с горохом	180	6,9	3,24	23,1	148,4	139
	Плов с мясом куры	150	11,6	14,8	32,9	300,2	443
	Свекла протертая	50	0,52	3,05	5,76	53,6	50
	Компот из клюквы	200	0,1	-	24,9	97	700
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,48	13,68	72,4	
Полдник	Калач	80	4,8	8,5	48,4	288	807
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57,01	685
	Яблоко	100	0,48	-	12,5	47	

Повар  / Овчаренко. О.В./