

Ю.М. Юлутлин

Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Юлутлин М.М. «МАОУ СОШ №65
 Меню с 01.05.25 по 26.05.2025 г. на обеспечение бесплатным питанием обучающихся из многодетных семей
 (5-11 классы) для 2 смены, равноценно на одного обучающегося в день 110 руб.

№ Рец.	Рацион	Выход гр, мл, шт	Энерг. ценнос ть ккал	Пищевые вещества (гр)			Цена (руб)
				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	
	Дата: 05.05.25 понедельник 1 неделя 3 день						
+	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	104	1,69	5,94	9,15	
309	Макароны отварные с маслом	150	201,9	5,1	7,5	28,5	
279/331	Тефтели мясные/ соус	110	223,00	6,96	16,11	11,61	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
338	Фрукт свежий	100	65	0,48	0,48	11,76	
	Итого	770	797,46	19	30,47	104,65	
	Всего						110,00
	Дата: 06.05.25 вторник 1 неделя 4 день						
87	Суп картофельный с горохом	250	148,25	5,27	5,50	16,53	
291	Плов из птицы	250	317,00	27,00	14,70	47,20	
345	Компот из свежих ягод (компотная смесь)	200	102,9	0,52	0,18	24,84	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	760	730,11	37,03	20,82	122,33	
	Всего:						110,00
	Дата: 07.05.25 среда 1 неделя 5 день						
96	Рассольник ленинградский	250	123,32	2,21	3,67	16,97	
259	Жаркое по домашнему	250	377,47	21,92	24,08	18,26	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	760	704,35	28,9	28,19	78,86	
	Всего:						110,00
	Дата: 12.05.25 понедельник 2 неделя 1 день						
115	Суп с крупой (пшено)	250	95	0,57	4,8	1,72	
304	Рис отварной	150	210	3,67	5,42	36,67	
229	Поджарка из рыбы	100	183	9,75	4,95	3,8	
376	Чай с сахаром	200	40	0,53	0	9,47	
ПР	Хлеб пшеничный	40	94	3	0	19	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	770	713,96	19,76	15,61	90,42	
	Всего						110,00
	Дата: 13.05.25 вторник 2 неделя 2 день						
111	Суп с макаронными изделиями	250	100,13	2,98	2,83	15,7	
312	Пюре картофельное	150	137	3,08	2,33	19,13	
279/331	Тефтели мясные/ соус	110	223,00	6,96	16,11	11,61	
349	Компот из смеси с/ф	200	196,38	1,16	0,3	47,26	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	770	818,47	18,42	22,01	127,46	
	Всего						110,00

Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Юлкуптин М.М «МАОУ СОШ №65

	Дата: 14.05.25 среда 2 неделя 3 день						
96	Рассольник ленинградский	250	123,32	2,21	3,67	16,97	
309	Макароны отварные с маслом	150	201,9	5,1	7,5	28,5	
292	Птица тушеная с овощами	100	202,00	12,50	11,17	12,90	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	760	730,78	24,58	22,78	102	
	Всего						110,00
	Дата: 15.05.25 четверг 2 неделя 4 день						
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	104	1,69	5,94	9,15	
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	231,86	8,9	4,1	39,84	
268/331	Биточки мясные/соус	110	152,72	6,56	13,12	1,52	
349	Компот из кураги	200	196,38	1,16	0,3	47,26	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	770	846,92	22,55	23,9	131,53	
	Всего						110,00
	Дата: 16.05.25 пятница 2 неделя 5 день						
87	Суп картофельный с горохом	250	148,25	5,27	5,50	16,53	
304	Рис отварной	150	210	3,67	5,42	36,67	
295/331	Котлеты куриные/ соус	110	309,00	10,88	28,00	3,00	
376	Чай с сахаром	200	40	0,53	0	9,47	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
338	Фрукт свежий	100	53,3	0,48	0,48	11,76	
	Итого	870	922,51	25,07	39,84	111,19	
	Всего						110,00
	Дата: 19.05.25 понедельник 1 неделя 1 день						
115	Суп с крупой (пшено)	250	95	0,57	4,8	1,72	
302	Каша гречневая	150	231,86	8,9	4,1	39,84	
295/331	Котлеты куриные/ соус	110	309,00	10,88	28,00	3,00	
376	Чай с сахаром	200	40	1	0	9,47	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	770	837,82	25,59	37,34	87,79	
	Всего						110,00
	Дата: 20.05.25 вторник 1 неделя 2 день						
111	Суп с макаронными изделиями	250	100,13	2,98	2,83	15,7	
304	Рис отварной	150	210	3,67	5,42	36,67	
229	Рыба минтай в томате с овощами	100	105	9,75	4,95	3,8	
349	Компот из смеси с/ф	200	196,38	1,16	0,3	47,26	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	760	773,47	21,8	13,94	137,19	
	Всего						110,00
	Дата: 21.05.25 среда 1 неделя 3 день						
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	104	1,69	5,94	9,15	
309	Макароны отварные с маслом	150	201,9	5,1	7,5	28,5	

Составлено на основании утвержденного цикличного меню ИП Юлкуптин М.М «МАОУ СОШ №65

279/331	Тефтели мясные/ соус	110	223,00	6,96	16,11	11,61	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
338	Фрукт свежий	100	65	0,48	0,48	11,76	
	Итого	770	797,46	19	30,47	104,65	
	Всего						110,00
	Дата: 22.05.25 четверг 1 неделя 4 день						
87	Суп картофельный с горохом	250	148,25	5,27	5,50	16,53	
291	Плов из птицы	250	317,00	27,00	14,70	47,20	
345	Компот из свежих ягод (компотная смесь)	200	102,9	0,52	0,18	24,84	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	760	730,11	37,03	20,82	122,33	
	Всего						110,00
	Дата: 23.05.25 пятница 1 неделя 5 день						
96	Рассольник ленинградский	250	123,32	2,21	3,67	16,97	
259	Жаркое по домашнему	250	377,47	21,92	24,08	18,26	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	41,6	0,53	0	9,87	
ПР	Хлеб пшеничный	30	70	2	0	14	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	760	704,35	28,9	28,19	78,86	
	Всего:						110,00
	Дата: 26.05.25 понедельник 2 неделя 1 день						
115	Суп с крупой (пшено)	250	95	0,57	4,8	1,72	
304	Рис отварной	150	210	3,67	5,42	36,67	
229	Поджарка из рыбы	100	183	9,75	4,95	3,8	
376	Чай с сахаром	200	40	0,53	0	9,47	
ПР	Хлеб пшеничный	40	94	3	0	19	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	91,96	2,24	0,44	19,76	
	Итого	770	713,96	19,76	15,61	90,42	
	Всего						110,00