




Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г.Носова
31 мая 2024 год

МЕНЮ

на 01.06.2024 год
с 14 до 14 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			1
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	260	каша "дружба" на молоке с маслом	250	23,58	282,75	14,58	31,30	1,65
	гор.напиток	495	чай с молоком	200	5,57	81,00	1,50	1,30	15,90
	хлеб	108/100/ 105	бутерброд с маслом и сыром	70	24,42	236,95	6,59	13,04	23,05
	фрукты	112	яблоко	100	15,90	47	0,4	0,4	9,80
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00
	сладкое	112	йогурт питьевой	250	36,25	87	5	3,2	8,50
Обед	закуска	55	салат из свжих огурцов	100	28,06	102,00	0,70	10,10	2,00
	1 блюдо	134/357	рассольник ленинградский с говядины со сметаной	250	32,43	155,95	7,55	5,63	16,25
	2 блюдо	367	гуляш (из мяса свинины) 1-й вариант	120	63,31	239,50	18,16	13,3	3,5
	гарнир	237	каша гречневая рассыпчатая	180	14,25	303,66	10,26	9,41	44,5
	напиток	502	кисель из брусники	200	14,10	96,00	0,10	0,00	23,00
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00
	фрукты	112	виноград	15	55,50	108,00	0,90	0,90	23,10
	итого по рациону дня:				2035		2039,81	73,84	89,78
стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева




Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г. Носова
01 июня 2024 год

МЕНЮ

на 03.06.2024 год
с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			2
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	395/453	сосиска отварная, соус томатный	150	65,62	262,8	10,94	19,77	3,47
		291	макаронные изделия отварные	180	11,56	144,9	5,65	0,67	29,04
	гор.напиток	493	чай с сахаром	200	2,40	60,00	0,10	0,00	15,00
	хлеб	10/105	бутерброд с маслом	60	15,77	168,80	3,09	8,57	19,76
		588	вафли	20	6,68	70	0,56	0,66	15,46
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00
	фрукты	112	апельсин	150	27,55	86,00	1,80	0,40	16,20
Обед	закуска	55	салат из свеклы с сыром	100	13,13	148,00	2,80	12,10	7,10
	1 блюдо	153/357	суп лапша с курицей	250	26,05	187,6	7,99	9,46	13,9
	2 блюдо	381	котлета из говядины, соус томатный	150	72,60	318,80	18,34	19,37	17,77
	гарнир	429	сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	180	21,56	171,10	5,58	7,52	16,12
	напиток	509	компот из яблок с лимоном	200	14,25	103,00	0,30	0,20	25,10
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00
	сладкое	525	шоколад молочный	20	20,3	138,50	2,45	8,68	12,60
	фрукты	112	яблоко	100	15,90	94,00	0,80	0,80	19,60
	итого по рациону дня:				2060		2253,5	68,5	89,4
стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г. Носова
03 июня 2024 год

МЕНЮ

на 04.06.2024 год
с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			3	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	268	каша рисовая молочная с маслом	250	25,70	286,75	6,93	9,78	40,50	
	гор.напиток	501	напиток кофейный с молоком	200	9,74	79,00	3,20	2,70	15,90	
		564	булочка "домашняя"	50	7,04	194	3,75	5,50	33,16	
	хлеб	108/105/102	бутерброд с маслом и вареной колбасой	70	26,56	194	3,75	5,50	33,16	
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	груша	180	59,98	47,00	0,40	0,30	10,30	
Обед	закуска	106	салат из свежих помидоров	100	32,45	110,00	1,00	10,20	3,50	
	1 блюдо	131/357	свекольник с говядиной, сметаной	250	34,23	104,16	1,93	5,08	10,05	
	2 блюдо	369	жаркое по-домашнему (с мясом свинины)	280	89,12	482,36	34,09	24,53	21,13	
	сладкое	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00	
	фрукты	112	банан	100	19,70	96,00	1,50	0,50	21,00	
	итого по рациону дня:				1980		1974,27	64,95	65,29	252,4
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г. Носова
04 июня 2024 год

МЕНЮ

на 05.06.2024 год
с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			4	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	165	суп молочный с макаронными изделиями	250	15,14	274,4	7,13	6,57	23,73	
	хлеб	96	бутерброд с джемом	60	14,00	176	1,70	4,30	32,60	
	гор.напиток	496	какао с молоком	200	9,46	144,00	3,60	3,30	25,00	
	фрукты	112	мандарин	100	24,70	38	0,8	0,2	7,50	
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	яблоко	100	15,90	47,00	0,40	0,40	9,80	
Обед	закуска	5	салат из капусты с помидорами и огурцами	100	18,47	124,00	3,97	11,00	3,90	
	1 блюдо	153	суп с рыбными консервами	250	22,29	186,25	12,23	7,23	16,05	
	2 блюдо	406	плов из отварной куры	280	87,24	598,00	23,32	21,19	50,53	
	сладкое	520	напиток клюквенный	200	12,88	83,00	0,10	0,00	20,70	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00	
	сладкое		шоколад молочный	25	25,38	138,50	2,45	8,68	12,60	
	фрукты	112	виноград	180	67,91	72,00	0,60	0,60	15,40	
	итого по рациону дня:				2045		2181,15	64,4	64,67	261,41
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г. Носова
05 июня 2024 год

МЕНЮ

на 06.06.2024 год
с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			5	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	313/481	запеканка из творога с молоком сгущенным	190	64,04	549,4	23,87	27,86	40,07	
	гор.напиток	493	чай с сахаром	200	2,40	60,00	0,10	0,00	15,00	
	хлеб бел.	108/105	бутерброд с маслом	60	14,89	196,90	3,60	9,99	23,05	
	фрукты	112	мандарин	100	24,7	38,00	0,80	0,20	7,50	
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	виноград	100	37,00	72,00	0,60	0,60	15,40	
Обед	закуска	9	салат из моркови и яблок	100	12,22	124,00	0,90	9,20	7,20	
	1 блюдо	140/357	щи из свежей капусты с говядиной, сметаной	250	30,21	115,45	5,00	7,18	6,23	
	2 блюдо	349/453	тефтели рыбные, соус томатный	150	43,05	141	28,5	5,84	11,46	
	гарнир	429	картофельное пюре	180	20,24	165,60	3,78	7,9*2	19,62	
	напиток	508	компот из смеси сухофруктов	200	5,88	110,00	0,50	0,00	27,00	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00	
	фрукты	112	груша	170	58,74	47	0,4	0,3	10,3	
	итого по рациону дня:				2000		1919,35	76,15	62,37	226,43
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г. Носова
06 июня 2024 год

МЕНЮ

на 07.06.2024 год
с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			6	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	405	курица в соусе томатном	120	90,36	192	10,6	9,5	4,1	
		237	каша гречневая рассыпчатая	180	14,26	303,66	10,26	9,41	44,50	
	напиток	495	чай с молоком	200	5,57	81,00	1,50	1,30	15,90	
	хлеб	108/100	бутерброд с сыром	60	11,44	151,80	6,36	3,01	24,60	
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	апельсины	110	19,54	43,00	0,90	0,20	8,10	
Обед	закуска	76	винегрет овощной	100	13,35	130,00	1,25	9,80	6,80	
	1 блюдо	149/169	суп картофельный с мясными фрикадельками	250	46,31	175,10	4,76	4,82	19,01	
	2 блюдо	401,442	печень тушеная в соусе	120	51,72	173,72	16,43	14,62	8,63	
	гарнир	414	рис отварной	180	16,48	245,52	4,43	6,29	40,57	
	напиток	510	компот из апельсинов с яблоком	200	18,96	93,00	0,50	0,20	22,20	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00	
	сладкое		шоколад молочный	25	25,38	138,5	2,45	8,68	12,6	
	итого по рациону дня:				1845		2027,3	67,54	69,03	250,61
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой _____ И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛТО
 В.Г. Носова
 07 июня 2024 год

МЕНЮ

на 08.06.2024 год
 с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			7	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	267	каша пшенная молочная с маслом	250	22,93	354,5	9,75	9,83	44,75	
	напиток	494	чай с лимоном	200	4,10	61,62	0,10	0,00	15,20	
	хлеб	96	бутерброд с джемом	60	14,00	176,00	1,70	4,30	32,60	
	сладкое	517	йогурт питьевой	250	36,25	87,00	5,00	3,20	8,50	
		590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	груша	100	33,50	47,00	0,40	0,30	10,30	
Обед	закуска	21	салат из свежих помидоров с перцем	100	36,86	109,00	1,00	9,10	3,40	
	1 блюдо	128/357	борщ с капустой и говядиной, сметаной	250	31,07	129,70	5,23	6,38	10,65	
	2 блюдо	377/448	запеканка картофельная с мясом, соус молочный	330	110,4	547,14	33,24	33,92	29,4	
	напиток	518	сок яблочный	200	20,00	92,00	1,00	0,20	0,20	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00	
	итого по рациону дня:				2060		1946,96	66,42	68,63	206,7
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г. Носова
08 июня 2024 год

МЕНЮ

на 10.06.2024 год
с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			8
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	395/453	сосиска отварная, соус томатный	150	65,62	262,8	10,94	19,77	3,47
		296	макаронные изделия, запеченные с сыром	205	25,71	258,00	9,20	5,20	39,00
	напиток	501	кофейный напиток с молоком	200	9,74	79,00	3,20	2,70	15,90
	хлеб	108/105	бутерброд с маслом	60	15,76	168,80	3,09	8,57	19,76
	слпдкое	588	вафли	20	6,68	70	0,56	0,66	15,46
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00
	фрукты	112	мандарин	110	27,59	38,00	0,80	0,20	7,50
Обед	закуска	19	салат из свежи помидоров и огурцов	100	28,75	64,00	0,90	4,10	3,60
	1 блюдо	144/357	суп картофельный с борбовыми (1-й вариант)	250	27,07	142,70	7,70	4,63	15,13
	2 блюдо	391/453	фрикадельки из говядины, соус томатный	150	77,36	229,8	16,74	12,47	10,27
	гарнир	429	картофельное пюре	180	20,24	165,60	3,78	7,92	19,62
	напиток	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00
	итого по рациону дня:				1925		1859,7	65,31	67,42
стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛТО
В.Г. Носова
10 июня 2024 год

МЕНЮ

на 11.06.2024 год
с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			9	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	106	помидор свежий	60	19,14	14,4	0,66	0,12	2,28	
		301	омлет натуральный	200	47,93	326,15	17,23	21,77	4,60	
	напиток	494	чай с лимоном	200	4,10	61,62	0,10	0,00	15,20	
	хлеб	08/105/1	бутерброд с маслом и колбасой	70	26,56	211,00	5,17	12,31	19,80	
	слпдкое	590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	виноград	100	37,00	72	0,6	0,6	15,4	
Обед	закуска	2	салат витаминный	100	9,70	138,00	2,10	7,90	10,60	
	1 блюдо	143/357	суп из овощей с фасолью	250	23,26	172,10	10,11	6,28	15,28	
	2 блюдо	334,453	кнели рыбные припущенные, соус томатный	150	87,26	121,8	14,73	2,27	8,97	
	гарнир	414	рис припущенный	180	15,9	247,78	4,25	7,25	38,88	
	напиток	520	напиток клюквенный	200	12,88	83,00	0,10	0,00	20,70	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00	
	сладкое	112	шоколад молочный	25	25,38	138,5	2,45	8,68	12,6	
	итого по рациону дня:				1855		1929,35	66,5	68,58	216,01
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой _____ И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛТО
 В.Г. Носова
 11 июня 2024 год

МЕНЮ

на 13.06.2024 год
 с 14 до 17 лет (ЛТО)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			10	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	407	рагу из птицы	280	63,96	356,76	17,71	20,88	25,43	
	напиток	496	какао с молоком (1-й вариант)	200	9,46	144,00	3,60	3,30	25,00	
	хлеб	96	бутерброд с джемом	70	16,33	205,30	1,98	5,01	38,03	
	слпдкое	590	печенье	30	6,39	43	0,9	0,2	8,10	
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	апельсин	120	21,12	43	0,9	0,2	8,1	
Обед	закуска	51	салат из свеклы и моркови	100	6,80	127,00	1,30	10,30	7,10	
	1 блюдо	146/357	суп картофельный с клецками	250	27,13	97,95	4,60	6,98	8,77	
	2 блюдо	381/453	шницель из говядины, соус томатный	150	73,54	318,8	18,94	19,37	17,77	
	гарнир	291	макаронные изделия отварные	180	11,56	173,88	6,79	0,81	34,85	
	напиток	508	компот из смеси сухофруктов	200	5,88	110,00	0,50	0,00	27,00	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	50	3,65	117,5	3,8	0,4	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	90,50	3,30	0,60	17,00	
	сладкое	112	бананы	200	39,46	90,50	3,30	0,60	17,00	
	фрукты	112	яблоко	190	31,74	47,00	0,40	0,40	9,80	
	итого по рациону дня:				2270		2057,19	69,02	69,25	270,55
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой _____ И.Ф. Брянцева