



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Е. Марышина
 08 июня 2024 год

МЕНЮ

на 29.06.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	20,87	226,2	5,26	11,66	25,04	
	гор.напиток	493	чай с сахаром	200	2,40	60,00	0,10	0,00	15,00	
	хлеб	108/100/ 105	бутерброд с маслом и сыром	60	20,93	203,1	5,65	11,18	19,76	
	фрукты	112	яблоко	200	31,8	47	0,4	0,4	9,80	
		590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
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	200	25,95	131,7	6,04	4,5	13	
	2 блюдо	367	гуляш (из мяса свинины) 1-й вариант	100	52,68	199,40	15,13	11,08	2,92	
	гарнир	429	картофельное пюре	150	16,87	137,90	3,15	6,60	16,35	
	напиток	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	виноград	150	62,75	108,00	0,90	0,90	23,10	
		518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	банан	200	39,4	96,00	1,50	0,50	21,00	
итого по рациону дня:				2060		1423	44,37	47,1	193,44	
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.И. Марышина
 29 июня 2024 год

МЕНЮ

на 01.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	130	56,87	227,76	9,48	19,73	3,02	
		291	макаронные изделия отварные	150	9,64	144,9	5,65	0,67	29,04	
	гор.напиток	495	чай с молоком	200	5,57	81,00	1,50	1,30	15,90	
	хлеб	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	фрукты	112	апельсин	100	35,2	43	0,9	0,2	8,10	
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	200	20,84	134,08	6,39	7,57	11,12	
	2 блюдо	381	котлета из говядины, соус томатный	150	72,60	318,80	18,34	19,37	17,77	
	гарнир	237	каша гречневая рассыпчатая	150	11,88	253,05	7,55	6,84	37,08	
	напиток	509	компот из яблок с лимоном	200	14,25	103,00	0,30	0,20	25,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	2,26	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	груша	120	40,12	47,00	0,40	0,30	10,30	
	фрукты	112	яблоко	200	31,80	94,00	0,80	0,80	19,60	
		518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	итого по рациону дня:				1820		1434	49,81	47	213,10
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



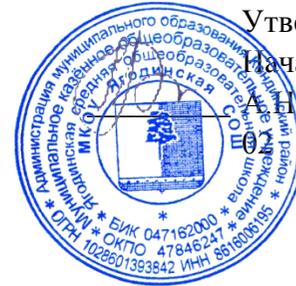
Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.С. Марышина
 01 июля 2024 год

МЕНЮ

на 02.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	22,56	219,4	5,54	7,82	32,40	
	гор.напиток	501	напиток кофейный с молоком	200	9,74	79,00	3,20	2,70	15,90	
	хлеб	108/105/102	бутерброд с маслом и вареной колбасой	60	22,77	180,85	4,43	10,55	16,97	
	фрукты	112	банан	200	39,46	96,00	1,50	0,50	21,00	
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	200	27,38	81,33	1,5	4,07	8,04	
	2 блюдо	369	жаркое по-домашнему (с мясом свинины)	250	79,57	427,68	29,54	16,7	18,86	
	сладкое	509	компот из яблок с лимоном	200	14,25	103,00	0,30	0,20	27,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	мандарин	140	34,84	38,00	0,80	0,20	7,50	
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	яблоко	200	31,80	47	0,4	0,4	9,8	
итого по рациону дня:				1630		1428	46,24	47,19	205,44	
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А. П. Марышина
 03 июля 2024 год

МЕНЮ

на 03.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	14,11	219,5	5,70	5,26	18,98	
	хлеб	108/100/ 105	бутерброд с маслом и сыром	60	20,93	203,1	5,65	11,18	19,76	
	гор.напиток	494	чай с лимоном	200	4,10	61,62	0,10	0,00	15,20	
	фрукты	112	виноград	120	48,09	72,00	0,60	0,60	15,40	
		590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
Обед	закуска	5	салат из капусты с помидорами и огурцами	100	18,47	124,00	3,97	11,00	3,90	
	1 блюдо	149/169	суп картофельный с мясными	200	37,05	140,08	3,81	3,86	15,21	
	2 блюдо	406	плов из отварной курицы	250	77,89	534,00	21,32	19,27	45,12	
	сладкое	520	напиток клюквенный	200	12,88	83,00	0,10	0,00	20,70	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	груша	200	67	47,00	0,40	0,30	10,30	
		564	булочка "домашняя"	50	10,04	194	3,75	5,50	33,16	
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	итого по рациону дня:				1680		1447	46,99	46,27	207,25
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 03 июля 2024 год

МЕНЮ

на 04.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	180	62,67	523,4	21,61	26,39	40,55		
	гор.напиток	493	чай с сахаром	200	2,40	60,00	0,10	0,00	15,00		
	хлеб бел.	96	бутерброд с джемом	60	14,00	176	1,70	4,30	32,60		
	фрукты	112	апельсин	200	35,2	38,00	0,80	0,20	7,50		
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	200	24,17	88,36	4,00	5,70	4,98		
	2 блюдо	349/453	тефтели рыбные, соус томатный	150	43,05	141	28,5	5,84	11,46		
	гарнир	429	картофельное пюре	150	16,87	137,90	3,15	6,60	16,35		
	напиток	508	компот из смеси сухофруктов	200	5,88	110,00	0,50	0,00	27,00		
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68		
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60		
	сладкое	517	йогурт питьевой	250	36,25	87,00	5,00	3,20	8,50		
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00		
	сладкое		шоколад молочный	60	62,11	138,50	2,45	8,68	12,60		
	Итого по рациону дня:				1770		1417	47,46	47,56	201,77	
	стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 4 июля 2024г

МЕНЮ

на 05.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	100	90,36	160	5,83	7,92	3,42		
		237	каша гречневая рассыпчатая	150	11,88	253,05	7,55	6,84	37,08		
	напиток	495	чай с молоком	200	5,57	81,00	1,50	1,30	15,90		
	хлеб	108/100	бутерброд с сыром	50	11,44	128,30	5,60	2,93	19,68		
		112	апельсин	100	17,6	43	0,9	0,2	8,10		
		588	вафли	20	6,68	70	0,56	0,66	15,46		
Обед	закуска	76	винегрет овощной	100	13,35	130,00	1,25	9,80	6,80		
	1 блюдо	149/169	суп картофельный с макаронными изделиями, говядиной	200	19,77	89,00	1,96	2,28	7,06		
	2 блюдо	401,442	печень тушеная в соусе	100	43,1	144,77	13,24	10,99	7,19		
	гарнир	414	рис отварной	150	13,73	204,60	3,69	4,24	33,80		
	напиток	510	компот из апельсинов с яблоком	200	18,96	93,00	0,50	0,20	22,20		
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68		
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60		
	сладкое		шоколад молочный	25	25,38	138,5	2,45	8,68	12,6		
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00		
	фрукты	112	виноград	100	37	72,00	0,60	0,60	15,40		
	итого по рациону дня:				1475		1408	45,46	48,88	201,21	
	стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.И. Марышина
 06 июля 2024 год

МЕНЮ

на 07.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	18,34	283,6	7,8	6,86	35,8		
	напиток	496	какао с молоком	200	9,46	144,00	3,60	3,30	25,00		
	хлеб	108/105/102	бутерброд с маслом и вареной колбасой	60	22,77	180,85	4,43	10,55	16,97		
	сладкое	517	йогурт питьевой	250	36,25	87,00	5,00	3,20	8,50		
		112	груша	100	33,5	47	0,4	0,3	10,30		
Обед	закуска	21	салат из свежих помидоров с перцем	100	37,86	109,00	1,00	9,10	3,40		
	1 блюдо	128/357	борщ с капустой и говядиной, сметаной	200	25,14	90,36	4,18	4,36	5,90		
	2 блюдо	377/448	запеканка картофельная с мясом, соус молочный	300	106,75	497,4	28,75	29,83	26,57		
	гарнир	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10		
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68		
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60		
	фрукты	112	яблоко	100	15,90	47	0,4	0,4	9,8		
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00		
	итого по рациону дня:				1790		1420	45,46	48,09	199,6	
	стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



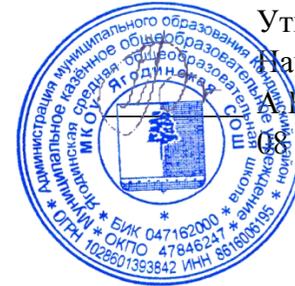
Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
06 июля 2024 год

МЕНЮ

на 08.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	130	56,87	227,76	9,48	19,73	3,02
		296	макаронные изделия, запеченные с сыром	185	23,20	232,80	8,30	4,69	35,19
	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	1,70	4,30	32,60
	слпдкое	112	виноград	100	37	72,00	0,60	0,60	15,40
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)	200	21,66	114,16	5,25	3,45	12,10
	2 блюдо	391/453	фрикадельки из говядины, соус томатный	150	77,36	229,8	16,74	12,47	10,27
	гарнир	429	сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	150	17,97	123,50	3,95	6,2	12,85
	напиток	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60
	фрукты	112	мандарин	100	24,70	38,00	0,80	0,20	7,50
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00
итого по рациону дня:				1855		1434	44,13	44,47	184,87
стоимость детодня:					345,26				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
08 июля 2024 год

МЕНЮ

на 09.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	60	22,77	180,85	4,43	10,55	16,97	
	слпдкое	590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
	фрукты	112	виноград	100	37,00	72	0,6	0,6	15,4	
Обед	закуска	2	салат витаминный	100	9,7	138,00	2,10	7,90	10,60	
	1 блюдо	143/357	суп из овощей с фасолью	200	24,21	137,68	7,29	4,42	12,22	
	2 блюдо	334/453	рыба тушеная в сметанном соусе	150	85,3	145,5	9,65	5,8	4,35	
	гарнир	414	рис припущенный	150	13,25	206,48	3,54	4,49	32,40	
	напиток	508	компот из смеси сухофруктов	200	5,88	110,00	0,50	0,00	27,00	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	сладкое	112	шоколад молочный	25	25,38	138,5	2,45	8,68	12,6	
	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	
итого по рациону дня:				1545		1453	51,96	48,65	205,17	
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 09 июля 2024 год

МЕНЮ

на 10.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День			10
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		106	огурец свежий	60	14,16	8,4	0,48	0,06	1,50
	гор.блюдо	407	рагу из птицы	250	57,12	338,54	16,59	16,37	22,71
	напиток	496	какао с молоком (1-й вариант)	200	9,46	144,00	3,60	3,30	25,00
	хлеб	108/100	бутерброд с маслом	50	12,41	168,80	3,09	8,57	19,76
	фрукты	112	бананы	100	19,60	96	1,5	0,5	21
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	200	21,70	78,36	2,98	4,98	7,02
	2 блюдо	381/453	шницель из говядины, соус томатный	140	68,64	297,54	15,52	18,07	16,58
	гарнир	291	макаронные изделия отварные	150	9,63	144,90	5,65	0,68	29,04
	напиток	520	напиток клюквенный	200	12,88	83,00	0,10	0,00	20,70
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60
	фрукты	112	апельсин	250	44,00	43	0,9	0,2	8,1
	фрукты	112	яблоко	140	38,42	47,00	0,40	0,40	9,80
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00
	итого по рациону дня:			1920		1742,94	57,79	64,23	221,59
	стоимость детодня:				345,62				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева И.Ф. Брянцева



Утверждаю:

Начальник ЛДПД

А.И. Марышина

10 июля 2024 год

МЕНЮ

на 11.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	20,87	226,2	5,26	11,66	25,04	
	гор.напиток	493	чай с сахаром	200	2,40	60,00	0,10	0,00	15,00	
	хлеб	108/100/ 105	бутерброд с маслом и сыром	60	20,93	203,1	5,65	11,18	19,76	
	фрукты	112	яблоко	200	31,8	47	0,4	0,4	9,80	
		590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
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	200	25,95	131,7	6,04	4,5	13	
	2 блюдо	367	гуляш (из мяса свинины) 1-й вариант	100	52,68	199,40	15,13	11,08	2,92	
	гарнир	429	картофельное пюре	150	16,87	137,90	3,15	6,60	16,35	
	напиток	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	виноград	150	62,75	108,00	0,90	0,90	23,10	
		518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	банан	200	39,4	96,00	1,50	0,50	21,00	
итого по рациону дня:				2060		1423	44,37	47,1	193,44	
стоимость детодня:					345,62					

11.07.24

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 2 июля 2024 год

МЕНЮ

на 13.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	22,56	219,4	5,54	7,82	32,40	
	гор.напиток	501	напиток кофейный с молоком	200	9,74	79,00	3,20	2,70	15,90	
	хлеб	108/105/102	бутерброд с маслом и вареной колбасой	60	22,77	180,85	4,43	10,55	16,97	
	фрукты	112	банан	200	39,46	96,00	1,50	0,50	21,00	
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	200	27,38	81,33	1,5	4,07	8,04	
	2 блюдо	369	жаркое по-домашнему (с мясом свинины)	250	79,57	427,68	29,54	16,7	18,86	
	сладкое	509	компот из яблок с лимоном	200	14,25	103,00	0,30	0,20	27,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	мандарин	140	34,84	38,00	0,80	0,20	7,50	
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	яблоко	200	31,80	47	0,4	0,4	9,8	
итого по рациону дня:				1630		1428	46,24	47,19	205,44	
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 3 июля 2024 год

МЕНЮ

на 15.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	14,11	219,5	5,70	5,26	18,98	
	хлеб	108/100/ 105	бутерброд с маслом и сыром	60	20,93	203,1	5,65	11,18	19,76	
	гор.напиток	494	чай с лимоном	200	4,10	61,62	0,10	0,00	15,20	
	фрукты	112	виноград	120	48,09	72,00	0,60	0,60	15,40	
		590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
Обед	закуска	5	салат из капусты с помидорами и огурцами	100	18,47	124,00	3,97	11,00	3,90	
	1 блюдо	149/169	суп картофельный с мясными	200	37,05	140,08	3,81	3,86	15,21	
	2 блюдо	406	плов из отварной куры	250	77,89	534,00	21,32	19,27	45,12	
	сладкое	520	напиток клюквенный	200	12,88	83,00	0,10	0,00	20,70	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	груша	200	67	47,00	0,40	0,30	10,30	
		564	булочка "домашняя"	50	10,04	194	3,75	5,50	33,16	
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	итого по рациону дня:				1680		1447	46,99	46,27	207,25
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
15 июля 2024 год

МЕНЮ

на 16.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	180	62,67	523,4	21,61	26,39	40,55	
	гор.напиток	493	чай с сахаром	200	2,40	60,00	0,10	0,00	15,00	
	хлеб бел.	96	бутерброд с джемом	60	14,00	176	1,70	4,30	32,60	
	фрукты	112	апельсин	200	35,2	38,00	0,80	0,20	7,50	
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	200	24,17	88,36	4,00	5,70	4,98	
	2 блюдо	349/453	тефтели рыбные, соус томатный	150	43,05	141	28,5	5,84	11,46	
	гарнир	429	картофельное пюре	150	16,87	137,90	3,15	6,60	16,35	
	напиток	508	компот из смеси сухофруктов	200	5,88	110,00	0,50	0,00	27,00	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	сладкое	517	йогурт питьевой	250	36,25	87,00	5,00	3,20	8,50	
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	сладкое		шоколад молочный	60	62,11	138,50	2,45	8,68	12,60	
	итого по рациону дня:				1770		1417	47,46	47,56	201,77
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
16 июля 2024г

МЕНЮ

на 17.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	100	90,36	160	5,83	7,92	3,42	
		237	каша гречневая рассыпчатая	150	11,88	253,05	7,55	6,84	37,08	
	напиток	495	чай с молоком	200	5,57	81,00	1,50	1,30	15,90	
	хлеб	108/100	бутерброд с сыром	50	11,44	128,30	5,60	2,93	19,68	
		112	апельсин	100	17,6	43	0,9	0,2	8,10	
		588	вафли	20	6,68	70	0,56	0,66	15,46	
Обед	закуска	76	винегрет овощной	100	13,35	130,00	1,25	9,80	6,80	
	1 блюдо	149/169	суп картофельный с макаронными изделиями, говядиной	200	19,77	89,00	1,96	2,28	7,06	
	2 блюдо	401,442	печень тушеная в соусе	100	43,1	144,77	13,24	10,99	7,19	
	гарнир	414	рис отварной	150	13,73	204,60	3,69	4,24	33,80	
	напиток	510	компот из апельсинов с яблоком	200	18,96	93,00	0,50	0,20	22,20	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	сладкое		шоколад молочный	25	25,38	138,5	2,45	8,68	12,6	
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	виноград	100	37	72,00	0,60	0,60	15,40	
	итого по рациону дня:				1475		1408	45,46	48,88	201,21
	стоимость детодня:					345,62				

Заведующий столовой _____ И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
7 июля 2024 год

МЕНЮ

на 18.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	18,34	283,6	7,8	6,86	35,8		
	напиток	496	какао с молоком	200	9,46	144,00	3,60	3,30	25,00		
	хлеб	108/105/102	бутерброд с маслом и вареной колбасой	60	22,77	180,85	4,43	10,55	16,97		
	сладкое	517	йогурт питьевой	250	36,25	87,00	5,00	3,20	8,50		
		112	груша	100	33,5	47	0,4	0,3	10,30		
Обед	закуска	21	салат из свежих помидоров с перцем	100	37,86	109,00	1,00	9,10	3,40		
	1 блюдо	128/357	борщ с капустой и говядиной, сметаной	200	25,14	90,36	4,18	4,36	5,90		
	2 блюдо	377/448	запеканка картофельная с мясом, соус молочный	300	106,75	497,4	28,75	29,83	26,57		
	гарнир	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10		
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68		
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60		
	фрукты	112	яблоко	100	15,90	47	0,4	0,4	9,8		
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00		
	итого по рациону дня:				1790		1420	45,46	48,09	199,6	
	стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
8 июля 2024 год

МЕНЮ

на 19.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	130	56,87	227,76	9,48	19,73	3,02
		296	макаронные изделия, запеченные с сыром	185	23,20	232,80	8,30	4,69	35,19
	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	1,70	4,30	32,60
	слпдкое	112	виноград	100	37	72,00	0,60	0,60	15,40
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)	200	21,66	114,16	5,25	3,45	12,10
	2 блюдо	391/453	фрикадельки из говядины, соус томатный	150	77,36	229,8	16,74	12,47	10,27
	гарнир	429	сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	150	17,97	123,50	3,95	6,2	12,85
	напиток	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60
	фрукты	112	мандарин	100	24,70	38,00	0,80	0,20	7,50
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00
итого по рациону дня:				1855		1434	44,13	44,47	184,87
стоимость детодня:					345,26				

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 9 июля 2024 год

МЕНЮ

на 20.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	60	22,77	180,85	4,43	10,55	16,97	
	слпдкое	590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
	фрукты	112	виноград	100	37,00	72	0,6	0,6	15,4	
Обед	закуска	2	салат витаминный	100	9,7	138,00	2,10	7,90	10,60	
	1 блюдо	143/357	суп из овощей с фасолью	200	24,21	137,68	7,29	4,42	12,22	
	2 блюдо	334/453	рыба тушеная в сметанном соусе	150	85,3	145,5	9,65	5,8	4,35	
	гарнир	414	рис припущенный	150	13,25	206,48	3,54	4,49	32,40	
	напиток	508	компот из смеси сухофруктов	200	5,88	110,00	0,50	0,00	27,00	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	сладкое	112	шоколад молочный	25	25,38	138,5	2,45	8,68	12,6	
	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	
итого по рациону дня:				1545		1453	51,96	48,65	205,17	
стоимость детодня:					345,62					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 20 июля 2024 год

МЕНЮ

на 22.07.2024 год
 с 6 до 10 лет (ЛДПД)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День				10
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		106	огурец свежий	60	14,16	8,4	0,48	0,06	1,50	
	гор.блюдо	407	рагу из птицы	250	57,12	338,54	16,59	16,37	22,71	
	напиток	496	какао с молоком (1-й вариант)	200	9,46	144,00	3,60	3,30	25,00	
	хлеб	108/100	бутерброд с маслом	50	12,41	168,80	3,09	8,57	19,76	
	фрукты	112	бананы	100	19,60	96	1,5	0,5	21	
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	200	21,70	78,36	2,98	4,98	7,02	
	2 блюдо	381/453	шницель из говядины, соус томатный	140	68,64	297,54	15,52	18,07	16,58	
	гарнир	291	макаронные изделия отварные	150	9,63	144,90	5,65	0,68	29,04	
	напиток	520	напиток клюквенный	200	12,88	83,00	0,10	0,00	20,70	
	хлеб пш.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94,00	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	апельсин	250	44,00	43	0,9	0,2	8,1	
	фрукты	112	яблоко	140	38,42	47,00	0,40	0,40	9,80	
	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
		итого по рациону дня:			1920		1742,94	57,79	64,23	221,59
	стоимость детодня:				345,62					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева



Утверждаю:

Начальник ЛДПД

А.Н. Марышина

22 июля 2024 год

МЕНЮ

на 23.07.2024 год
с 6 до 10 лет (ЛДПД)

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	200	20,87	226,2	5,26	11,66	25,04	
	гор.напиток	493	чай с сахаром	200	2,40	60,00	0,10	0,00	15,00	
	хлеб	108/100/ 105	бутерброд с маслом и сыром	60	20,93	203,1	5,65	11,18	19,76	
	фрукты	112	яблоко	200	31,8	47	0,4	0,4	9,80	
		590	печенье	20	4,26	43	0,9	0,2	8,10	
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	200	25,95	131,7	6,04	4,5	13	
	2 блюдо	367	гуляш (из мяса свинины) 1-й вариант	100	52,68	199,40	15,13	11,08	2,92	
	гарнир	429	картофельное пюре	150	16,87	137,90	3,15	6,60	16,35	
	напиток	512	компот из кураги	200	8,85	81,00	0,30	0,00	20,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,92	94	3,04	0,32	19,68	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	72,40	2,64	0,48	13,60	
	фрукты	112	виноград	150	62,75	108,00	0,90	0,90	23,10	
		518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	банан	200	39,4	96,00	1,50	0,50	21,00	
итого по рациону дня:				2060		1423	44,37	47,1	193,44	
стоимость детодня:					345,62					

11.08.24

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева