

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
2 неделя 5 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Макароны запеченные с сыром	200	10,42	10,09	42,22	308,09	82,96
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Горошек консервированный	60	2,16	0,06	5,88	33,00	124,44
Солянка из птицы со сметаной	200/10	4,25	5,52	5,05	87,86	
Рыба тушёная с овощами	90	10,15	23,45	6,21	275,68	
Рис отварной	150	3,89	4,73	42,20	236,82	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Кисель из ягод	200	0,15	0,10	15,87	63,40	

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
2 неделя 6 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Манник с повидлом	250	11,69	22,03	62,68	495,75	82,96
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Салат из помидоров и огурцов	60	0,53	5,04	1,81	54,70	124,44
Суп Крестьянский с крупой на бульоне	200	5,59	5,11	19,55	148,13	
Рагу из овощей с фасолью с мясом птицы	200	18,10	10,84	14,28	232,27	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Ягодный напиток	200	0,16	0,10	22,20	90,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
2 неделя 3 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	150/10	12,44	29,54	18,00	387,58	82,96
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,00	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	60	1,32	1,44	6,72	34,80	124,44
Суп летний овощной на бульоне	200	5,73	5,80	10,58	120,00	
Плов из филе птицы	200	20,37	10,23	46,05	359,24	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	1,60	0,00	28,40	120,00	

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 4 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша пшеничная с маслом сливочным	200/15	9,43	16,37	56,72	408,73	82,96
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	
Печенье	40	2,21	2,86	21,82	122,32	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,01	1,68	9,00	124,44
Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	2,51	6,31	11,87	114,87	
Тефтели с соусом	110	11,26	20,83	14,00	286,00	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,90	3,45	32,40	177,00	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,00	80,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
2 неделя 1 день
ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша «Дружба» с маслом сливочным	200/15	5,57	16,07	43,26	336,26	82,96
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	15/10/20	6,49	13,71	7,39	180,70	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Кофейный напиток на молоке	200	2,14	2,48	27,07	136,14	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,60	124,44
Суп с рыбными консервами	200	4,98	10,44	12,11	162,14	
Печень по-строгановски	90	18,30	4,03	2,08	117,79	
Картофель запеченный	150	4,30	10,47	34,93	254,80	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	90,00	

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
2 неделя 2 день
ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пудинг творожный с фруктами с молоком сгущенным	150/10	13,56	12,02	40,36	351,22	82,96
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Мандарин	100	0,81	0,31	11,54	53,00	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,22	12,00	124,44
Суп из овощей с фасолью на бульоне со сметаной	200/10	5,72	4,00	13,84	116,00	
Поджарка из свинины	90	17,20	5,96	7,50	167,85	
Макаронные изделия отварные	150	5,24	4,65	34,88	205,50	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	25,05	104,22	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 5 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	200/15	9,30	10,96	56,87	366,81	82,96
Печенье	40	2,21	2,86	21,82	122,32	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,06	1,68	9,00	124,44
Суп гороховый на костном бульоне	200	5,67	5,58	19,28	150,17	
Котлета из рыбы «Любительская»	90	13,83	12,79	6,30	196,38	
Картофельное пюре	150	5,00	8,40	29,40	212,0	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Кисель из яблок	200	0,14	0,14	29,00	117,70	

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 6 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Суп молочный с гречневой крупой	250	3,60	7,02	24,30	174,78	82,96
Сыр порционно	20	5,20	5,36	0,06	140,80	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Горошек консервированный	60	2,16	0,06	5,88	33,00	124,44
Суп картофельный с рисом на бульоне	200	4,30	2,96	14,64	105,50	
Птица отварная с маслом сливочным	90/10	21,61	24,33	1,17	307,07	
Каша перловая рассыпчатая	150	4,72	5,63	36,95	206,34	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из цитрусовых с яблоками	200	0,22	0,10	12,94	53,44	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич



Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
1 неделя 3 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком	150/10	12,43	17,49	36,42	349,61	82,96
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Мандарин	100	0,81	0,31	11,54	53,00	
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,22	12,00	124,44
Суп картофельный с клецками на бульоне	200/20	5,68	4,90	17,64	137,92	
Гуляш из говядины	90	15,88	9,24	5,03	170,68	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,90	3,45	32,40	177,00	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток лимонный	200	0,18	0,02	27,56	94,46	

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 4 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Макаронник с печенью	200	11,10	5,60	67,20	367,20	82,96
Хлеб пшеничный йодовый	50	3,95	0,4	26,00	121,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00	
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Маринад овощной	60	1,30	4,06	8,78	76,30	124,44
Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	2,71	6,43	7,78	99,92	
Котлета рубленая из филе птицы	90	17,66	17,42	11,92	280,51	
Рис отварной с овощами	150	3,22	3,56	29,90	162,01	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из кураги	200	0,33	0,20	21,87	90,58	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии №



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
1 неделя 1 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/15	3,20	12,04	51,20	418,40	82,96
Бутерброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	1,39	8,35	20,75	161,89	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,60	124,44
Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы	200/10	5,87	2,58	20,55	129,86	
Жаркое по-домашнему	200	21,52	17,87	18,98	322,46	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,0	78,0	
Вафли	100	1,60	2,30	17,40	98,28	

Группа продленного дня
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
1 неделя 2 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с маслом сливочным	150/10	9,88	18,00	3,86	325,48	82,96
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,0	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,0	

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	60	1,32	1,44	6,72	34,80	124,44
Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной	200/10	3,20	6,54	13,71	125,66	
Филе птицы в сметанном соусе	100	25,50	9,21	2,33	166,04	
Макаронные изделия отварные	150	5,24	4,65	34,88	205,50	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток из облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,0	
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,0	80,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ