

**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Понедельник**

**20.01.2025г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200	6,6	6,2	32,3	212,4	
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70	8,5	10,7	7,5	159,7	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 30г.	30	1,5	0,6	10,0	76,5	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>16,6</b>	<b>17,5</b>	<b>64,8</b>	<b>508,6</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 250гр.	250	6,6	6,2	32,3	235,6	
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70	8,5	10,7	7,5	159,7	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>16,6</b>	<b>17,5</b>	<b>64,8</b>	<b>558,9</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 150гр	150,0	5,6	6,4	36,0	224,7	
М-17 №290	Птица тушенная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	147,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>510,0</b>	<b>24,3</b>	<b>16,9</b>	<b>85,2</b>	<b>589,8</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	198,0	
М-17 №288	Птица тушеная в соусе 50/50 гр.	100,0	16,8	11,5	3,6	181,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>28,3</b>	<b>20,7</b>	<b>91,9</b>	<b>649,2</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №144	Суп из овощей с фасолью 200гр.	200,0	3,1	3,5	14,7	135,6	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 150гр	150,0	5,6	6,4	36,0	224,7	
М-17 №290	Птица тушенная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	147,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>730,0</b>	<b>27,4</b>	<b>20,4</b>	<b>99,9</b>	<b>777,2</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №144	Суп из овощей с фасолью 250гр.	250,0	3,1	3,5	14,7	145,6	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	5,6	6,4	36,0	224,7	
М-17 №288	Птица отварная 50/50 гр	100,0	16,8	11,5	3,6	181,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>30,2</b>	<b>23,2</b>	<b>99,5</b>	<b>821,5</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульгайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Понедельник**

**20.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	210,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>53,9</b>	<b>321,8</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 250/5гр	250,0	5,4	6,0	28,9	235,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>53,9</b>	<b>347,4</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 200гр.	200,0	2,3	4,1	20,1	128,2	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	150,0	8,8	5,3	47,6	260,9	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 90гр.	90,0	16,5	7,5	8,8	173,3	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>32,3</b>	<b>18,7</b>	<b>121,6</b>	<b>777,8</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский со сметаной 200гр.	250,0	2,9	5,2	25,3	160,6	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	314,6	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>800,0</b>	<b>36,5</b>	<b>21,8</b>	<b>137,3</b>	<b>910,3</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 200гр.	200,0	2,3	4,1	20,1	163,5	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	150,0	8,8	5,3	47,6	198,6	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 90гр.	90,0	16,5	7,5	8,8	173,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>32,2</b>	<b>18,7</b>	<b>121,5</b>	<b>750,8</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 250гр.	250,0	2,3	4,1	20,1	176,0	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	198,6	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	16,5	7,5	8,8	198,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>32,2</b>	<b>18,7</b>	<b>121,5</b>	<b>840,4</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Понедельник**

**20.01.2025 г.**

**1 смена**

**Завтрак**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200,0	6,6	6,2	32,3	212,4	27
М17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60	60,0	2,6	5,1	30,4	183,3	18
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70,0	8,5	10,7	7,5	109,7	50
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>19,2</b>	<b>22,6</b>	<b>95,2</b>	<b>617,2</b>	<b>102</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	5,6	6,4	36,0	224,7	25
М-17 №288	Птица отварная 50/50 гр.	100,0	16,8	11,5	3,6	181,3	57
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	7
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>27,1</b>	<b>19,7</b>	<b>84,8</b>	<b>675,9</b>	<b>97</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	23,4	19,8	51,5	423,6	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>26,4</b>	<b>21,0</b>	<b>86,5</b>	<b>587,2</b>	<b>89</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №144	Суп из овощей с фасолью со сметаной	250,0	39,7	43,7	186,8	189,0	26
М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	23,4	19,8	51,5	423,6	80
М-17 №75	Икра свекольная 100гр	100,0	3,0	7,1	16,2	143,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>69,1</b>	<b>71,8</b>	<b>289,5</b>	<b>920,0</b>	<b>137</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	12
П-13 №540	Ватрушка с повидлом 60гр	60,0	3,2	1,2	39,5	190,3	20
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	28
П-13 №555	Крендель сахарный 75гр	75,0	6,1	2,2	44,4	224,9	15
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн.тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31»

Е.И. Малинова

Зав.столовой

Бочкарева О.Б.



## МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 3

Понедельник

20.01.2025 г.

2 смена

## Полдник

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>53,9</b>	<b>301,2</b>	<b>34</b>

## Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	314,6	22
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	3
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>33,6</b>	<b>16,6</b>	<b>112,0</b>	<b>749,7</b>	<b>94</b>

## Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	5,0	7,3	41,4	255,5	26
М-17 №268	Биточки 100гр (свин.)	100,0	15,6	19,6	10,2	198,6	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>540,0</b>	<b>23,6</b>	<b>28,1</b>	<b>86,6</b>	<b>617,7</b>	<b>95</b>

## Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №94	Рассольник Ленинградский со сметан	250,0	2,3	5,1	21,1	142,3	26
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	5,0	7,3	41,4	255,5	26
М-17 №268	Биточки 100гр (свин.)	100,0	15,6	19,6	10,2	198,6	60
М-04 №613	Маринад овощной без томата 100гр.	100,0	1,9	10,1	12,9	149,1	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>890,0</b>	<b>27,8</b>	<b>43,3</b>	<b>120,6</b>	<b>909,1</b>	<b>143</b>

## Комер.товар

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

## Выпечка

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	12
П-13 №540	Ватрушка с повидлом 60гр	60,0	3,2	1,2	39,5	190,3	20
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1327	Пирог закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	28
П-13 №555	Крендель сахарный 75гр	75,0	6,1	2,2	44,4	224,9	15
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн. тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Вторник**

**21.01.2025г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	200	7,8	8,0	31,2	225,1	
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60	7,3	10,4	17,7	180,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>16,6</b>	<b>19,0</b>	<b>73,9</b>	<b>569,5</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	250	7,8	8,0	31,2	225,1	
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60	7,3	10,4	17,7	180,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>16,6</b>	<b>19,0</b>	<b>73,9</b>	<b>569,5</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	195,0	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	12,8	17,5	13,9	158,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>26,2</b>	<b>24,6</b>	<b>106,5</b>	<b>593,1</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	195,0	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	12,8	17,5	13,9	158,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>26,2</b>	<b>24,6</b>	<b>106,5</b>	<b>593,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2)	200,0	5,2	4,6	15,4	144,3	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	150,0	8,8	5,3	47,6	195,0	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 90гр.	90,0	12,8	17,5	13,9	186,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>31,4</b>	<b>29,3</b>	<b>127,8</b>	<b>765,5</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 250гр(вар 2)	250,0	5,2	4,6	15,4	145,6	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	235,0	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	14,3	15,7	15,3	198,0	
П-13 №453	Соус томатный 20гр.	20,0	0,3	0,8	1,3	14,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
<b>Итого:</b>		<b>830,0</b>	<b>35,0</b>	<b>29,5</b>	<b>140,1</b>	<b>884,9</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.

Шульдайс А.А.





**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Вторник**

**21.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200,0	5,9	6,2	36,4	189,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>7,4</b>	<b>6,8</b>	<b>61,4</b>	<b>301,4</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 250гр	250,0	5,9	6,2	36,4	189,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>7,4</b>	<b>6,8</b>	<b>61,4</b>	<b>301,4</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №82	Борщ с капустой и картофелем и смет	250,0	2,5	5,1	16,7	189,0	
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	24,9	33,4	47,0	345,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>32,4</b>	<b>40,3</b>	<b>125,5</b>	<b>872,4</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №82	Борщ с капустой и картофелем и смет	250,0	2,5	5,1	16,7	189,0	
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	24,9	33,4	47,0	345,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>32,4</b>	<b>40,3</b>	<b>125,5</b>	<b>872,4</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М17 №82	Борщ с капустой и картоф.200гр.	200,0	2,0	4,1	13,9	145,3	
М-17 №265	Плов 240гр (свин.)	240,0	24,9	33,4	47,0	345,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>31,5</b>	<b>39,4</b>	<b>111,8</b>	<b>731,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,0	4,1	13,9	156,3	
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	29,2	39,2	55,5	412,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>36,2</b>	<b>45,1</b>	<b>131,2</b>	<b>906,1</b>	

Директор ООО "Большая Перемена"  Шульдайтс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31»  Е.И. Малинова

Зав.столовой  Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Вторник**

**21.01.2025 г.**

**1 смена**

**Завтрак**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	200,0	7,8	8,0	31,2	225,1	27
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60,0	7,3	10,4	17,7	180,8	28
М-17 № 225	Оладьи из творога 50/20гр	70,0	6,0	7,4	10,3	135,6	36
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>22,6</b>	<b>26,4</b>	<b>84,2</b>	<b>653,3</b>	<b>98</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №263	Рагу из говядины 280гр,	280,0	21,0	26,5	48,7	436,0	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	3
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>25,6</b>	<b>28,3</b>	<b>93,7</b>	<b>676,1</b>	<b>92</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	212,6	30
М-17 №229	Горбуша запеченая с овощами 100 г.	100,0	27,4	18,1	6,7	300,4	70
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>35,4</b>	<b>26,6</b>	<b>83,1</b>	<b>676,6</b>	<b>109</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	26
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	212,6	30
М-17 №229	Горбуша запеченая с овощами 100 г.	100,0	27,4	18,1	6,7	300,4	70
М-04 №614	Маринад овощной со свеклой 100гр	100,0	1,5	10,1	11,3	141,0	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>43,1</b>	<b>42,4</b>	<b>113,5</b>	<b>992,2</b>	<b>157</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

П-13 №565	Булочка дорожная 60гр	60,0	4,8	3,3	32,0	179,0	12
П-13 №564	Булочка домашняя 100гр	100,0	8,1	3,0	55,0	283,1	20
М-17 №411	Ватрушка со смородиной 75гр	75,0	0,3	0,1	2,0	10,2	27
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
П -13 №573	Гребешок из дрожжевого теста 60гр	60,0	4,1	1,5	39,3	191,9	12
М-17 №406	Пирожки печеные (с картофелем)из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
П-13 №550	Шанежка наливная 60гр.	60,0	0,3	0,3	1,7	10,9	15

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31»

Е.И. Малинова

Зав.столовой

Бочкарева О.Б.



## Полдник

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200,0	5,9	6,2	36,4	220,2	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>7,4</b>	<b>6,8</b>	<b>61,4</b>	<b>332,0</b>	<b>34</b>

## Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №352	Картофель, запеченый с курицей 280г	280,0	24,6	15,4	36,6	357,8	90
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	100,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	19
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>29,6</b>	<b>17,2</b>	<b>98,4</b>	<b>695,6</b>	<b>117</b>

## Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №289	Рагу из птицы 280гр.	280,0	20,5	14,6	40,0	374,0	78
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>23,5</b>	<b>15,8</b>	<b>75,0</b>	<b>537,6</b>	<b>87</b>

## Комплекс 3

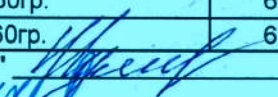
№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,5	5,1	16,7	123,7	26
М-17 №289	Рагу из птицы 280гр.	280,0	20,5	14,6	40,0	374,0	78
М-04 №613	Маринад овощной 100гр.	100,0	1,9	10,1	12,9	149,1	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>27,9</b>	<b>31,0</b>	<b>104,6</b>	<b>810,4</b>	<b>135</b>

## Комер.товар


Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

## Выпечка

П-13 №565	Булочка дорожная 60гр	60,0	4,8	3,3	32,0	179,0	12
П-13 №564	Булочка домашняя 100гр	100,0	8,1	3,0	55,0	283,1	20
М-17 №411	Ватрушка со смородиной 75гр	75,0	0,3	0,1	2,0	10,2	27
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
П -13 №573	Гребешок из дрожжевого теста 60гр	60,0	4,1	1,5	39,3	191,9	12
М-17 №406	Пирожки печеные (с картофелем)из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож.	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
П-13 №550	Шанежка наливная 60гр.	60,0	0,3	0,3	1,7	10,9	15

Директор ООО "Большая Перемена"  Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31»  Е.И. Малинова

Зав.столовой  Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Среда**

**22.01.2025г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200	5,4	6,0	28,9	189,4	
М17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60	3,5	13,7	22,7	158,3	
П-08 №269	Какао с молоком 200гр	200,0	3,9	2,1	25,2	136,2	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>14,3</b>	<b>22,4</b>	<b>86,8</b>	<b>587,5</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 250/5гр	250	5,4	6,0	28,9	189,4	
М17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60	3,5	13,7	22,7	158,3	
П-08 №269	Какао с молоком 200гр	200,0	3,9	2,1	25,2	136,2	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>14,3</b>	<b>22,4</b>	<b>86,8</b>	<b>587,5</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	173,0	
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	3,7	4,3	0,0	42,8	
П-08 №209	Котлеты кур 50гр.	50,0	16,5	7,5	8,8	132,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
<b>Итого:</b>		<b>530,0</b>	<b>30,2</b>	<b>19,7</b>	<b>88,6</b>	<b>588,0</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	4,9	5,7	0,0	57,1	
П-08 №209	Котлеты кур 50гр.	50,0	16,5	7,5	8,8	132,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>30,2</b>	<b>19,6</b>	<b>82,7</b>	<b>645,7</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М17 №82	Борщ с капустой и картофелем 200гр.	200,0	2,0	4,1	13,9	145,6	
П-13 №343	Азу из свинины 240гр	240,0	14,1	17,5	30,5	346,1	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
П-08 №282	Компот из свежих пл. или ягод (яблоко)	200,0	0,2	0,2	19,4	81,2	
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>20,9</b>	<b>23,6</b>	<b>93,8</b>	<b>780,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,0	4,1	13,9	156,6	
П-13 №501	Азу из свинины 280гр	280,0	14,1	17,5	30,5	425,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
П-08 №282	Компот из свежих пл. или ягод (яблоко)	200,0	0,2	0,2	19,4	81,2	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>20,9</b>	<b>23,6</b>	<b>93,8</b>	<b>870,6</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Среда**

**22.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200,0	6,6	6,2	32,3	198,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>8,1</b>	<b>6,8</b>	<b>57,3</b>	<b>310,4</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 250гр.	250,0	6,6	6,2	32,3	198,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>8,1</b>	<b>6,8</b>	<b>57,3</b>	<b>310,4</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2)	200,0	2,7	4,4	1,8	185,0	
П08 №235, №429	Сложный гарнир 150гр	150,0	3,5	7,7	16,1	143,4	
П-13 №343	Рыба, тушенная в томате с овощами 1	100,0	13,7	5,6	6,3	138,8	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>730,0</b>	<b>23,7</b>	<b>8,9</b>	<b>55,4</b>	<b>759,2</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	
П08№235, П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	0,0	0,0	0,0	198,0	
П-13 №345	Котлеты рыбные 100гр.	100,0	2,2	2,1	9,6	165,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
<b>Итого:</b>		<b>830,0</b>	<b>13,0</b>	<b>9,7</b>	<b>79,6</b>	<b>829,6</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2)	200,0	5,2	4,6	15,4	185,6	
П08 №235, №429	Сложный гарнир 150гр	150,0	3,5	7,7	16,1	143,4	
П-13 №343	Рыба, тушенная в томате с овощами 1	100,0	13,7	5,6	6,3	156,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>730,0</b>	<b>27,0</b>	<b>19,7</b>	<b>82,8</b>	<b>753,0</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 250гр(вар 2)	250,0	5,2	4,6	15,4	175,3	
П08 №235, №429	Сложный гарнир 180гр	180,0	3,5	7,7	16,1	185,0	
П-13 №343	Рыба, тушенная в томате с овощами 1	100,0	13,7	5,6	6,3	138,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>27,0</b>	<b>19,8</b>	<b>88,7</b>	<b>791,1</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.





**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Среда**

**22.01.2025 г.**

**1 смена**

**Завтрак**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	27
M17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60,0	3,5	13,7	22,7	228,7	25
M-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70,0	8,5	10,7	7,5	109,7	50
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>18,9</b>	<b>31,0</b>	<b>84,1</b>	<b>639,6</b>	<b>109</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №501	Азу из свинины 240гр	240,0	14,1	17,5	30,5	346,1	75
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
П-08 №282	Компот из св. пл. или ягод (яблоко) 200г	200,0	0,2	0,2	19,4	81,2	19
<b>Итого:</b>		<b>1070,0</b>	<b>37,8</b>	<b>50,5</b>	<b>164,0</b>	<b>1274,1</b>	<b>102</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 180гр.	180,0	20,7	5,6	43,3	305,4	20
M-17 №297	Фрикадельки из кур 100гр.	100,0	19,1	8,7	11,3	196,0	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
M-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	19
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>43,0</b>	<b>16,1</b>	<b>91,3</b>	<b>678,8</b>	<b>103</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
M-17 №82	Борщ с капустой и картофелем со сме	250,0	2,5	5,1	16,7	123,7	26
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 180гр.	180,0	20,7	5,6	43,3	305,4	20
M-17 №297	Фрикадельки из кур 100гр.	100,0	19,1	8,7	11,3	196,0	60
M-04 №613	Маринад овощной без томата 100гр.	100,0	1,9	10,1	12,9	149,1	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
M-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	19
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>47,4</b>	<b>31,3</b>	<b>120,9</b>	<b>951,6</b>	<b>151</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

П-13 №528	Блинчики с маслом 50/2гр	50,0	2,9	4,3	17,4	120,2	10
M-17 №421	Сдоба обыкновенная с маком 60гр	60,0	5,1	3,6	33,2	183,6	14
M-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
M-17 №411	Ватрушка с яблоком 75гр	75,0	14,6	27,1	47,1	171,2	22
M-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
M-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
M-00 №1327	Пирог закрытые (курица+картофель) 110г	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста с фарш	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
M-17 №408	Пирожки печеные (с мясом)из пресного сл	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	35
M-17 №406	Пирожки печеные(с картофелем) из дрож.	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
M-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож. тес	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
M-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр.	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
П-13 №542	Пирожки печеные с повидлом из сдобного	60,0	3,0	2,2	35,0	178,6	16
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн. теста с фарш	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



# МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 3

Среда

22.01.2025 г.

2 смена

### Полдник

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200,0	6,6	6,2	32,3	212,4	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>8,1</b>	<b>6,8</b>	<b>57,3</b>	<b>324,2</b>	<b>34</b>

### Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №302	Каша рассыпчатая перловая180гр	180,0	5,5	4,8	43,5	228,5	18
М-17 №239	Тефтели рыбные 100гр (2 вар.)	100,0	16,6	9,4	11,8	206,3	55
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 20г	200,0	0,4	0,2	18,2	76,0	19
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>25,5</b>	<b>15,6</b>	<b>93,5</b>	<b>614,4</b>	<b>96</b>

### Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	180,0	5,0	7,3	41,4	212,6	26
М-17 №290	Курица с сыром 100гр	100,0	22,5	15,2	0,3	217,0	70
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>30,5</b>	<b>23,7</b>	<b>76,7</b>	<b>593,2</b>	<b>105</b>

### Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	26
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	180,0	5,0	7,3	41,4	212,6	26
М-17 №290	Курица с сыром 100гр	100,0	22,5	15,2	0,3	217,0	70
М-17 №75	Икра морковная 100гр	100,0	2,8	7,1	14,4	134,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>39,5</b>	<b>36,5</b>	<b>110,2</b>	<b>902,6</b>	<b>153</b>

### Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

### Выпечка

П-13 №528	Блинчики с маслом 50/2гр	50,0	2,9	4,3	17,4	120,2	<b>10</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с маком 60гр	60,0	5,1	3,6	33,2	183,6	<b>14</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	<b>14</b>
М-17 №411	Ватрушка с яблоком 75гр	75,0	14,6	27,1	47,1	171,2	<b>22</b>
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	<b>20</b>
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	<b>20</b>
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	<b>40</b>
М-00 №1327	Пирог закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	<b>28</b>
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	<b>20</b>
М-17 №408	Пирожки печеные (с мясом)из пресног	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	<b>35</b>
М-17 №406	Пирожки печеные(с картофелем) из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	<b>16</b>
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	<b>16</b>
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	<b>27</b>
П-13 №542	Пирожки печеные с повидлом из сдобн	60,0	3,0	2,2	35,0	178,6	<b>16</b>
П-13 №543	Пирожки печен. (смород. из сдобн, тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	<b>20</b>

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Четверг**

**23.01.2025г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №264	Каша молочная пшеничная жидкая 200г	200	7,3	6,3	38,6	233,7	
М17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60г	60	2,6	5,1	30,4	161,2	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	140,5	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>15,4</b>	<b>14,1</b>	<b>105,2</b>	<b>587,2</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №264	Каша молочная пшеничная жидкая 250г	250	7,3	6,3	38,6	233,7	
М17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60г	60	2,6	5,1	30,4	161,2	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	140,5	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>15,4</b>	<b>14,1</b>	<b>105,2</b>	<b>587,2</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	201,2	
П-13 №343	Рыба, тушеная в томате с овощами 100г	100,0	13,7	5,6	6,3	138,8	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	85,0	
<b>Итого:</b>		<b>510,0</b>	<b>22,7</b>	<b>13,6</b>	<b>102,3</b>	<b>580,4</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	
П-13 №343	Рыба, тушеная в томате с овощами 100г	100,0	13,7	5,6	6,3	156,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20	1,5	0,6	10	51,8	
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>22,1</b>	<b>14,1</b>	<b>99,5</b>	<b>645,7</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 200гр.	200,0	2,3	4,1	20,1	136,0	
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	213,1	
П-13 №343	Рыба, тушеная в томате с овощами 100г	100,0	13,7	5,6	6,3	125,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	
<b>Итого:</b>		<b>730,0</b>	<b>26,2</b>	<b>14,3</b>	<b>114,7</b>	<b>812,2</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 250гр.	250,0	2,3	4,1	20,1	145,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	4,0	6,2	34,2	213,1	
П-13 №343	Рыба, тушеная в томате с овощами 100г	100,0	13,7	5,6	6,3	138,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>26,2</b>	<b>14,3</b>	<b>114,7</b>	<b>835,3</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.





**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Четверг**

**23.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	200,0	7,8	8,0	31,2	225,1	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>9,3</b>	<b>8,6</b>	<b>56,2</b>	<b>336,9</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	250,0	7,8	8,0	31,2	225,1	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>9,3</b>	<b>8,6</b>	<b>56,2</b>	<b>336,9</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из св. капусты с карт. со сметаной	250,0	3,8	5,2	21,3	146,0	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	186,0	
М-17 №279	Тефтели 2-й вариант (гов) 100гр	100,0	13,8	15,3	15,2	262,4	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17№415	Компот из облепихи и яблока 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	4,9	5,7	0,0	57,1	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>34,1</b>	<b>36,5</b>	<b>130,7</b>	<b>903,3</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из св. капусты с карт. со сметаной	250,0	3,8	5,2	21,3	146,0	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	186,0	
М-17 №279	Тефтели 2-й вариант (гов) 100гр	100,0	13,8	15,3	15,2	262,4	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17№415	Компот из облепихи и яблока 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	4,9	5,7	0,0	57,1	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>34,1</b>	<b>36,5</b>	<b>130,7</b>	<b>903,3</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из свежей капусты с картофелем 2	200,0	2,0	4,1	11,2	136,0	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 150гр	150,0	5,6	6,4	36,0	224,7	
М-17 №279	Тефтели 2-й вариант (гов) 90гр	90,0	12,3	17,2	14,1	198,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,6	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17№415	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	3,7	4,3	0,0	42,8	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>26,9</b>	<b>34,3</b>	<b>102,4</b>	<b>802,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из свежей капусты с картофелем 2	250,0	2,0	4,1	11,2	145,6	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	5,6	6,4	36,0	224,7	
М-17 №279	Тефтели 2-й вариант (гов) 100гр	100,0	12,3	17,2	14,1	198,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,2	
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	3,7	4,3	0,0	42,8	
<b>Итого:</b>		<b>830,0</b>	<b>24,8</b>	<b>30,6</b>	<b>112,5</b>	<b>892,1</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



# МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 3

Четверг

23.01.2025 г.

1 смена

### Завтрак

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №264	Каша молочная пшеничная жидкая 200г	200,0	7,3	6,3	38,6	233,7	27
М17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60г	60,0	2,6	5,1	30,4	183,3	18
М-17 №185	Морковная запеканка с творогом 100/5	100,0	8,1	11,8	17,8	109,7	40
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>580,0</b>	<b>19,5</b>	<b>23,8</b>	<b>111,8</b>	<b>638,5</b>	<b>92</b>

### Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	4,0	6,2	34,2	213,1	30
П-13 №345	Котлеты рыбные 100гр.	100,0	16,4	2,7	8,6	132,9	55
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	19
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>23,8</b>	<b>10,1</b>	<b>94,6</b>	<b>683,8</b>	<b>112</b>

### Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	24,9	33,4	47,0	425,0	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>27,9</b>	<b>34,6</b>	<b>82,0</b>	<b>588,6</b>	<b>89</b>

### Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №94	Рассольник со сметаной 250гр.	250,0	2,3	5,1	21,1	142,3	26
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	24,9	33,4	47,0	425,0	80
М-04 №614	Маринад овощной со свеклой 100гр	100,0	1,5	10,1	11,3	141,0	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>31,7</b>	<b>49,8</b>	<b>114,4</b>	<b>871,9</b>	<b>137</b>

### Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

### Выпечка

П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	12
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн. теста	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	28
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
П-13 №543	Пирожки печ.(яблоко) из сдобн. теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож.	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-17 №406	Пирожки печеные(с картофелем) из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
П-13 №555	Крендель сахарный 75гр	75,0	6,1	2,2	44,4	224,9	15
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



# МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 3

Четверг

23.01.2025 г.

2 смена

### Полдник

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	200,0	7,8	8,0	31,2	225,1	27
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70,0	8,5	10,7	7,5	109,7	50
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>490,0</b>	<b>17,8</b>	<b>19,3</b>	<b>63,7</b>	<b>446,6</b>	<b>84</b>

### Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	5,6	6,4	36,0	224,7	25
М-17 №279	Тфтели 2-й вариант (гов) 100гр	100,0	12,3	17,2	14,1	198,6	65
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17№415	Компот из облепихи 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	19
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>22,7</b>	<b>26,5</b>	<b>101,2</b>	<b>726,9</b>	<b>117</b>

### Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	30
М-17 №260	Гуляш 50/50гр.(свин.)	100,0	13,7	19,0	4,1	250,9	63
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200	200,0	0,4	0,2	18,2	76,0	19
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>22,1</b>	<b>27,7</b>	<b>83,7</b>	<b>686,0</b>	<b>116</b>

### Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №87	Ши из свежей капусты с картофелем с	250,0	12,3	7,1	9,0	148,0	26
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	30
М-17 №260	Гуляш 50/50гр.(свин.)	100,0	13,7	19,0	4,1	250,9	63
М-17 №75	Икра морковная 100гр	100,0	2,8	7,1	14,4	134,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200	200,0	0,4	0,2	18,2	76,0	19
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>37,2</b>	<b>41,9</b>	<b>107,1</b>	<b>968,8</b>	<b>164</b>

### Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

### Выпечка

П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	12
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн. тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	28
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
П-13 №543	Пирожки печ.(яблоко) из сдобн. теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож.	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-17 №406	Пирожки печеные(с картофелем) из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
П-13 №555	Крендель сахарный 75гр	75,0	6,1	2,2	44,4	224,9	15
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27

Директор ООО "Большая Перемена"  Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31»  Е.И. Малинова  
Зав.столовой  Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Пятница**

**24.01.2025г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 200г	200	6,5	6,3	38,3	236,1	
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60	7,3	10,4	17,7	180,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>15,3</b>	<b>17,3</b>	<b>81,0</b>	<b>580,5</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 250г	250	6,5	6,3	38,3	236,1	
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60	7,3	10,4	17,7	180,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>15,3</b>	<b>17,3</b>	<b>81,0</b>	<b>580,5</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200,0	5,9	6,2	36,4	181,0	
М-17 №223	Запеканка из творога 50гр	50,0	5,0	6,9	5,2	125,3	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	126,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>510,0</b>	<b>19,5</b>	<b>17,0</b>	<b>97,8</b>	<b>587,7</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	196,0	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	14,3	15,7	15,3	165,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40	1,5	0,6	10	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>29,6</b>	<b>24,0</b>	<b>117,7</b>	<b>630,9</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 200гр.	200,0	5,1	4,3	20,2	144,2	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	150,0	8,8	5,3	47,6	245,3	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 90гр.	90,0	12,8	17,5	13,9	189,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-08 №276	Кисель из свежих ягод (смородина) 200г	200,0	0,3	0,1	21,7	88,8	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>31,6</b>	<b>29,0</b>	<b>133,4</b>	<b>823,3</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	5,1	4,3	20,2	165,0	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	260,9	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	12,8	17,5	13,9	189,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>31,4</b>	<b>28,9</b>	<b>126,9</b>	<b>885,4</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Пятница**

**24.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>53,9</b>	<b>301,2</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 250/5гр	250,0	5,4	6,0	28,9	189,4	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>53,9</b>	<b>301,2</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 200гр.	200,0	5,1	4,3	20,2	154,0	
М-17 №265	Рагу из курицы 240гр	240,0	24,9	33,4	47,0	295,0	
М-17 №223	Запеканка из творога 50гр	50,0	5,0	6,9	5,2	125,3	
П-08 №269	Какао с молоком 200гр	200,0	3,9	2,1	25,2	136,2	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	3,1	1,2	20,0	51,8	
<b>Итого:</b>		<b>730,0</b>	<b>34,6</b>	<b>39,5</b>	<b>112,2</b>	<b>814,1</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	
М-17 №265	Рагу из курицы 280гр	280,0	24,9	33,4	47,0	295,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 №223	Запеканка из творога 50гр	50,0	5,0	6,9	5,2	125,3	
П-13 №501	Какао с молоком 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	140,5	
<b>Итого:</b>		<b>850,0</b>	<b>44,9</b>	<b>49,6</b>	<b>133,6</b>	<b>920,9</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 200гр.	200,0	5,1	4,3	20,2	154,3	
М-17 №265	Рагу из курицы 240 гр.	240,0	24,9	33,4	47,0	345,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>34,6</b>	<b>39,5</b>	<b>112,2</b>	<b>767,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	5,1	4,3	20,2	185,6	
М-17 №289	Рагу из птицы 280гр.	280,0	20,5	14,6	40,0	374,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>30,2</b>	<b>20,7</b>	<b>105,2</b>	<b>826,8</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.





МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 3

Пятница

24.01.2025г.

1 смена

**Завтрак**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 200г	200,0	6,5	6,3	38,3	236,1	27
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60,0	7,3	10,4	17,7	180,8	28
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70,0	8,5	10,7	7,5	109,7	50
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>23,8</b>	<b>28,0</b>	<b>88,5</b>	<b>638,4</b>	<b>112</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	196,0	22
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	14,3	15,7	15,3	165,0	65
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40	1,5	0,6	10	103,6	4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	7
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>29,6</b>	<b>24,0</b>	<b>117,7</b>	<b>630,9</b>	<b>102</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	30
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	211,1	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>24,1</b>	<b>21,3</b>	<b>79,3</b>	<b>630,2</b>	<b>99</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми со сметаной 250г	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	26
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	30
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	211,1	60
М-04 №614	Маринад овощной со свеклой 100гр	100,0	1,5	10,1	11,3	141,0	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>32,0</b>	<b>36,8</b>	<b>115,8</b>	<b>951,2</b>	<b>147</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортименте	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	<b>40</b>
М-17 №408	Пирожки печеные(с мясом)из пресного слоеного теста 60гр	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	<b>35</b>
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель) 110г	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	<b>28</b>
М-17 №406	Пирожки печ.(с картофелем) из дрож.теста 75г	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	<b>16</b>
М-17 №406	Пирожки печ.(с капустой) из дрож. теста 75г	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	<b>16</b>
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	<b>27</b>
М-17 №411	Ватрушка с ягодой 75гр	75,0	4,0	1,5	26,0	135,6	<b>25</b>
П-13 №564	Булочка домашняя 100гр	100,0	8,1	3,0	55,0	283,1	<b>20</b>
П-13 №574	Булочка школьная 60гр.	60,0	4,8	1,7	31,8	164,0	<b>12</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	<b>14</b>
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста с фаршем 60г	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	<b>20</b>
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	<b>20</b>
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	<b>28</b>
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн. теста с фаршем 60г	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	<b>20</b>

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31»

Е.И. Малинова

Зав.столовой

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 3**

**Пятница**  
**2 смена**

**24.01.2025 г.**

**Полдник**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-08 №269	Какао с молоком 200гр	200,0	3,9	2,1	25,2	136,2	20
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>10,8</b>	<b>8,7</b>	<b>64,1</b>	<b>377,4</b>	<b>49</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	29,2	39,2	55,5	456,0	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	3
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>33,8</b>	<b>41,0</b>	<b>100,5</b>	<b>696,1</b>	<b>92</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №289	Рагу из птицы 280гр.	280,0	20,5	14,6	40,0	374,0	78
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>23,5</b>	<b>15,8</b>	<b>75,0</b>	<b>537,6</b>	<b>87</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	26
М-17 №289	Рагу из птицы 280гр.	280,0	20,5	14,6	40,0	374,0	78
М-17 №75	Икра морковная 100гр	100,0	2,8	7,1	14,4	134,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>32,7</b>	<b>28,3</b>	<b>114,6</b>	<b>852,4</b>	<b>135</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-17 №408	Пирожки печеные(с мясом)из пресного	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	35
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
М-17 №406	Пирожки печ.(с картофелем) из дрож.т	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печ.(с капустой) из дрож. тес	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-17 №411	Ватрушка с ягодой 75гр	75,0	4,0	1,5	26,0	135,6	25
П-13 №564	Булочка домашняя 100гр	100,0	8,1	3,0	55,0	283,1	20
П-13 №574	Булочка школьная 60гр.	60,0	4,8	1,7	31,8	164,0	12
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	28
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн. тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Понедельник**

**27.01.2025г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 200гр	200	6,5	6,3	38,3	236,1	
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70	9,9	12,5	8,8	159,7	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>510,0</b>	<b>17,9</b>	<b>19,4</b>	<b>72,1</b>	<b>559,4</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 250гр	250	6,5	6,3	38,3	236,1	
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70	9,9	12,5	8,8	159,7	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>17,9</b>	<b>19,4</b>	<b>72,1</b>	<b>559,4</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200,0	6,6	6,2	32,3	212,4	
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60,0	7,3	10,4	17,7	135,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	3,1	1,2	20,0	51,8	
П-08 №269	Какао с молоком 200гр	200,0	3,9	2,1	25,2	136,2	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>22,4</b>	<b>20,5</b>	<b>105,2</b>	<b>587,2</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, ОВЗ 5-11 кл, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	29,2	39,2	55,5	412,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>33,9</b>	<b>41,0</b>	<b>100,7</b>	<b>654,8</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2)	200,0	5,2	4,6	15,4	156,0	
М-17 №265	Плов 240гр (свин.)	240,0	24,9	33,4	47,0	410,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>34,8</b>	<b>39,8</b>	<b>107,6</b>	<b>784,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 250гр(вар 2)	250,0	5,2	4,6	15,4	156,0	
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	24,9	33,4	47,0	410,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>34,8</b>	<b>39,8</b>	<b>107,6</b>	<b>835,9</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочарева О.Б





**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Понедельник**

**27.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200,0	5,9	6,2	36,4	220,2	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>7,4</b>	<b>6,8</b>	<b>61,4</b>	<b>332,0</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 250гр	250,0	5,9	6,2	36,4	220,2	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>7,4</b>	<b>6,8</b>	<b>61,4</b>	<b>332,0</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №81	Борщ с капустой и картофелем 200гр.	200,0	1,8	4,1	10,3	146,2	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 150гр	150,0	5,6	6,4	36,0	224,7	
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 90/20гр	110,0	12,3	16,7	12,5	198,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>24,4</b>	<b>29,0</b>	<b>103,8</b>	<b>784,9</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №82	Борщ с капустой и карт. со сметаной 200гр.	250,0	2,5	5,1	16,7	123,7	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 100/20гр	100,0	12,6	18,4	13,6	279,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>800,0</b>	<b>26,5</b>	<b>32,7</b>	<b>118,4</b>	<b>909,4</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М17 №82	Борщ с капустой и картофелем 200гр.	200,0	2,0	4,1	13,9	145,0	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 150гр	150,0	5,6	6,4	36,0	214,0	
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 90/20гр	110,0	11,3	16,4	12,2	189,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>23,5</b>	<b>28,7</b>	<b>107,1</b>	<b>763,4</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,0	4,1	13,9	145,6	
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	5,6	6,4	36,0	214,0	
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 100/20гр	120,0	11,3	16,4	12,2	210,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>830,0</b>	<b>23,5</b>	<b>28,7</b>	<b>107,1</b>	<b>836,8</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Понедельник**

**27.01.2025 г.**

**1 смена**

**Завтрак**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 200г	200,0	6,5	6,3	38,3	236,1	27
М17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60,0	3,5	13,7	22,7	228,7	25
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70,0	9,9	12,5	8,8	109,7	50
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>21,4</b>	<b>33,1</b>	<b>94,8</b>	<b>686,3</b>	<b>109</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	29,2	39,2	55,5	412,0	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	3
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	7
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>33,9</b>	<b>41,0</b>	<b>100,7</b>	<b>654,8</b>	<b>94</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	25
М-17 №290	Птица тушенная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	189,5	57
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>23,8</b>	<b>17,3</b>	<b>82,1</b>	<b>619,1</b>	<b>91</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	26
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	25
М-17 №290	Птица тушенная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	189,5	57
М-17 №75	Икра морковная 100гр	100,0	2,8	7,1	14,4	134,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>32,8</b>	<b>30,1</b>	<b>115,6</b>	<b>928,5</b>	<b>139</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортименте	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-17 №408	Пирожки печеные(с мясом) из пресного теста	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	35
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
П-13 №564	Булочка домашняя 100гр	100,0	8,1	3,0	55,0	283,1	20
П-13 №574	Булочка школьная 60гр.	60,0	4,8	1,7	31,8	164,0	12
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
М-17 №406	Пирожки печеные (с картофелем)из дрожж	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печеные(с капустой) из дрожж	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-17 №411	Ватрушка со смородиной 75гр	75,0	0,3	0,1	2,0	10,2	27
П-13 №555	Крендель сахарный 75гр	75,0	6,1	2,2	44,4	224,9	15
П-13 №543	Пирожки печ. из сдобн.(яблоко) теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
П-13 №543	Пирожки печен.из сдобн. (смород.)тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



## МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 4

Понедельник

27.01.2025 г.

2 смена

## Полдник

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200,0	5,9	6,2	36,4	220,2	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>7,4</b>	<b>6,8</b>	<b>61,4</b>	<b>332,0</b>	<b>34</b>

## Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	25
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 100/20гр	100,0	12,6	18,4	13,6	279,6	75
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	3
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>24,0</b>	<b>27,6</b>	<b>101,7</b>	<b>785,7</b>	<b>112</b>

## Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	5,0	7,3	41,4	195,6	26
М-17 №290	Курица с овощами 100 гр	100,0	12,8	10,0	5,3	159,4	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №415	Компот из облепихи 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	19
<b>Итого:</b>		<b>540,0</b>	<b>21,0</b>	<b>19,6</b>	<b>87,8</b>	<b>555,0</b>	<b>109</b>

## Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №83	Борщ 250гр.	250,0	9,0	16,0	69,8	192,3	26
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	5,0	7,3	41,4	195,6	26
М-17 №290	Курица с овощами 100 гр	100,0	12,8	10,0	5,3	159,4	60
М-04 №613	Маринад овощной без томата 100гр.	100,0	1,9	10,1	12,9	149,1	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №415	Компот из облепихи 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	19
<b>Итого:</b>		<b>890,0</b>	<b>31,9</b>	<b>45,7</b>	<b>170,5</b>	<b>896,4</b>	<b>157</b>

## Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

## Выпечка

М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-17 №408	Пирожки печеные(с мясом) из пресног	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	35
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
П-13 №564	Булочка домашняя 100гр	100,0	8,1	3,0	55,0	283,1	20
П-13 №574	Булочка школьная 60гр.	60,0	4,8	1,7	31,8	164,0	12
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
М-17 №406	Пирожки печеные (с картофелем)из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печеные(с капустой) из дрож	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-17 №411	Ватрушка со смородиной 75гр	75,0	0,3	0,1	2,0	10,2	27
П-13 №555	Крендель сахарный 75гр	75,0	6,1	2,2	44,4	224,9	15
П-13 №543	Пирожки печ. из сдобн. (яблоко) теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
П-13 №543	Пирожки печен.из сдобн. (смород.)тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31»

Е.И. Малинова

Зав.столовой

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Вторник**

**28.01.2025г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200	5,4	6,0	28,9	187,2
M17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60	60	2,6	5,1	30,4	165,3
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	130,5
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>13,5</b>	<b>13,8</b>	<b>95,5</b>	<b>586,6</b>

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 250/5гр	250	5,4	6,0	28,9	210,3	
M17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60	60	2,6	5,1	30,4	165,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	130,5	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>13,5</b>	<b>13,8</b>	<b>95,5</b>	<b>609,7</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П08 №235, №429	Сложный гарнир 150гр	150,0	3,5	7,7	16,1	143,4	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 90гр.	90,0	16,5	7,5	8,8	173,3	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>24,6</b>	<b>17,0</b>	<b>69,9</b>	<b>532,1</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, ОВЗ 5-11 кл, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	0,0	0,0	0,0	198,0	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>570,0</b>	<b>23,0</b>	<b>10,1</b>	<b>54,8</b>	<b>633,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 200гр.	200,0	5,1	4,3	20,2	144,2	
П08 №235, №429	Сложный гарнир 150гр	150,0	3,5	7,7	16,1	143,4	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 90гр.	90,0	16,5	7,5	8,8	173,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>29,7</b>	<b>21,3</b>	<b>90,1</b>	<b>728,1</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	5,1	4,3	20,2	165,3	
П08 №235, №429	Сложный гарнир 180гр	180,0	3,5	7,7	16,1	186,3	
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	16,5	7,5	8,8	210,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
П-08 №276	Кисель из облепихи 200гр.	200,0	0,3	1,3	21,0	98,5	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>30,0</b>	<b>22,6</b>	<b>96,1</b>	<b>867,3</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.





**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Вторник**

**28.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	200,0	7,8	8,0	31,2	165,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
М-17 №223	Запеканка из творога 50гр	50,0	5,0	6,9	5,2	125,3	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>14,3</b>	<b>15,5</b>	<b>61,4</b>	<b>402,4</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	250,0	7,8	8,0	31,2	176,5	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
692	Кофейный напиток 200гр	200,0	3,0	3,5	19,7	123,0	
М-17 №223	Запеканка из творога 50гр	50,0	5,0	6,9	5,2	125,3	
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>17,3</b>	<b>19,0</b>	<b>66,1</b>	<b>407,5</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2)	200,0	2,7	4,4	1,8	136,5	
М-17 №352	Картофель, запеченый с курицей 240г	240,0	24,6	15,4	36,6	390,5	
П-08 №276	Кисель из облепихи 200гр.	200,0	0,3	1,3	21,0	98,5	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>30,9</b>	<b>26,6</b>	<b>100,1</b>	<b>780,4</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	
М-17 №352	Картофель, запеченый с курицей 280г	280,0	24,6	15,4	36,6	390,5	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 №416	Кисель из облепихи 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	
<b>Итого:</b>		<b>800,0</b>	<b>35,6</b>	<b>23,5</b>	<b>102,4</b>	<b>819,0</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 200гр(вар 2)	200,0	5,2	4,6	15,4	145,6	
М-17 №352	Картофель, запеченый с курицей 240г	240,0	24,6	15,4	36,6	326,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>34,6</b>	<b>22,4</b>	<b>98,7</b>	<b>753,2</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп-лапша домашняя 250гр(вар 2)	250,0	5,2	4,6	15,4	165,2	
М-04 №216	Картофель, запеченый с курицей 280г	280,0	28,7	18,8	42,8	364,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>38,7</b>	<b>25,8</b>	<b>104,9</b>	<b>810,2</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



# МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 4

Вторник

28.01.2025 г.

1 смена

### Завтрак

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	27
M17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60г	60,0	2,6	5,1	30,4	183,3	18
M-17 №185	Морковная запеканка с творогом 100/5	100,0	8,1	11,8	17,8	159,7	40
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>580,0</b>	<b>17,6</b>	<b>23,5</b>	<b>102,1</b>	<b>644,2</b>	<b>92</b>

### Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	0,0	0,0	0,0	198,0	26
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	3
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>24,5</b>	<b>10,1</b>	<b>55,0</b>	<b>673,1</b>	<b>98</b>

### Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
M-04 №216	Картофель, запеченый с курицей 280г	280,0	28,7	18,8	42,8	464,0	90
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200г	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	19
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>31,7</b>	<b>20,0</b>	<b>77,8</b>	<b>627,6</b>	<b>113</b>

### Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
M-17 №102	Суп картофельный с бобовыми со сме	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	26
M-04 №216	Картофель, запеченый с курицей 280г	280,0	28,7	18,8	42,8	464,0	90
M-17 №75	Икра свекольная 100гр	100,0	3,0	7,1	16,2	143,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200г	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	19
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>41,1</b>	<b>32,5</b>	<b>119,2</b>	<b>951,4</b>	<b>161</b>

### Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

### Выпечка

П-13 №528	Блинчики с маслом 50/2гр	50,0	2,9	4,3	17,4	120,2	10
П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	12
M-17 №411	Ватрушка с ягодой 75гр	75,0	4,0	1,5	26,0	135,6	25
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	28
П-13 №542	Пирожки печ. из сд. теста с повидлом	60,0	3,0	2,2	35,0	178,6	16
M-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
M-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
M-17 №421	Сдоба обыкновенная с корицей 60гр.	60,0	4,8	2,6	32,9	176,4	12
M-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
M-00 №1327	Пирог закр. (курица+картофель) 110г	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
M-17 №406	Пирожки печеные(с картофелем) из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
M-17 №406	Пирожки печеные (с капустой) из дрож	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
M-17 №413	Пицца школьная,100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31»  
Зав.столовой

Е.И. Малинова  
Бочкарева О.Б.



# МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 4

Вторник

28.01.2025 г.

2 смена

### Полдник

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулеса"	200,0	7,8	8,0	31,2	225,1	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-13 №692	Кофейный напиток 200гр	200,0	3,0	3,5	19,7	123,0	20
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>12,3</b>	<b>12,1</b>	<b>60,9</b>	<b>399,9</b>	<b>49</b>

### Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	23,4	19,8	51,5	420,0	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	19
<b>Итого:</b>		<b>980,0</b>	<b>40,5</b>	<b>34,3</b>	<b>159,1</b>	<b>1100,9</b>	<b>107</b>

### Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №415	Рис припущенный 180гр.	180,0	4,4	4,3	51,2	150,7	24
М-17 №260	Гуляш 50/50гр.(свин.)	100,0	13,7	19,0	4,1	250,9	63
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>21,1</b>	<b>24,5</b>	<b>90,3</b>	<b>565,2</b>	<b>96</b>

### Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	26
П-13 №415	Рис припущенный 180гр.	180,0	4,4	4,3	51,2	150,7	24
М-17 №260	Гуляш 50/50гр.(свин.)	100,0	13,7	19,0	4,1	250,9	63
М-17 №75	Икра свекольная 100гр	100,0	3,0	7,1	16,2	143,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>30,3</b>	<b>37,3</b>	<b>125,6</b>	<b>883,6</b>	<b>144</b>

### Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

### Выпечка

П-13 №528	Блинчики с маслом 50/2гр	50,0	2,9	4,3	17,4	120,2	<b>10</b>
П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	<b>12</b>
М-17 №411	Ватрушка с ягодой 75гр	75,0	4,0	1,5	26,0	135,6	<b>25</b>
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	<b>28</b>
П-13 №542	Пирожки печ. из сд. теста с повидлом	60,0	3,0	2,2	35,0	178,6	<b>16</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	<b>14</b>
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	<b>25</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с корицей 60гр	60,0	4,8	2,6	32,9	176,4	<b>12</b>
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	<b>27</b>
М-00 №1327	Пироги закр. (курица+картофель) 110г	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	<b>28</b>
М-17 №406	Пирожки печеные(с картофелем) из др	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	<b>16</b>
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой) из дрож	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	<b>16</b>
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	<b>40</b>

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31»

Е.И. Малинова

Зав.столовой

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Среда**

**29.01.2025 г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №267	Каша пшениная молочная жидкая 200г	200	8,0	7,2	37,0	246,0	
Ком. товар	Фруктовое пюре 125гр	125,0	0,4	0,4	10,4	65,0	
692	Кофейный напиток 200гр	200,0	3,0	3,5	19,7	123,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>565,0</b>	<b>12,9</b>	<b>11,7</b>	<b>77,1</b>	<b>537,6</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №267	Каша пшениная молочная жидкая 250г	250	8,0	7,2	37,0	263,0	
Ком. товар	Фруктовое пюре 125гр	125,0	0,4	0,4	10,4	65,0	
692	Кофейный напиток 200гр	200,0	3,0	3,5	19,7	123,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>615,0</b>	<b>12,9</b>	<b>11,7</b>	<b>77,1</b>	<b>554,6</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №267	Каша пшениная молочная жидкая 150гр	150,0	6,0	5,4	27,8	184,5	
Ком. товар	Фруктовое пюре 125гр	125,0	0,4	0,4	10,4	65,0	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	126,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>535,0</b>	<b>15,0</b>	<b>9,7</b>	<b>94,4</b>	<b>530,9</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №267	Каша пшениная молочная жидкая 200г	200,0	8,0	7,2	37,0	246,0	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	126,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>16,9</b>	<b>11,5</b>	<b>102,0</b>	<b>636,9</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №152	Уха с крупой 200гр.	200,0	6,6	2,1	16,4	114,6	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	150,0	8,8	5,3	47,6	235,0	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 90гр.	90,0	12,8	17,5	13,9	198,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №152	Уха с крупой 250гр.	250,0	6,6	2,1	16,4	125,0	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	235,0	
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	12,8	17,5	13,9	198,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>32,8</b>	<b>26,7</b>	<b>122,9</b>	<b>825,2</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Среда**

**29.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200,0	6,6	6,2	32,3	212,4	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-08 №276	Кисель из свежих ягод (смородина)200	200,0	0,3	0,1	21,7	87,8	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>8,4</b>	<b>6,9</b>	<b>64,0</b>	<b>352,0</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 250гр.	250,0	6,6	6,2	32,3	212,4	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-08 №276	Кисель из свежих ягод (смородина)200	200,0	0,3	0,1	21,7	85,8	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>8,4</b>	<b>6,9</b>	<b>64,0</b>	<b>350,0</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 200гр.	200,0	2,3	4,1	20,1	128,2	
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	213,1	
М-17 №290	Птица тушеная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	163,0	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Фруктовое пюре 125гр	125,0	0,4	0,4	10,4	65,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>835,0</b>	<b>24,9</b>	<b>20,8</b>	<b>103,4</b>	<b>784,7</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский со сметаной 250гр.	250,0	2,9	5,2	25,3	160,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	
М-17 №290	Птица тушеная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	156,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Сок фруктовый/овощной 200 г.	200,0	0,0	0,1	20,9	84,8	
<b>Итого:</b>		<b>990,0</b>	<b>26,5</b>	<b>23,1</b>	<b>136,6</b>	<b>872,3</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 200гр.	200,0	2,3	4,1	20,1	145,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	213,1	
М-17 №290	Птица тушеная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	147,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,3	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Фруктовое пюре 125гр	125,0	0,4	0,4	10,4	65,0	
<b>Итого:</b>		<b>835,0</b>	<b>25,3</b>	<b>21,2</b>	<b>113,7</b>	<b>785,6</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 250гр.	250,0	2,3	4,1	20,1	145,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	4,0	6,2	34,2	213,1	
М-17 №290	Птица тушеная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	210,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Фруктовое пюре 125гр	125,0	0,4	0,4	10,4	65,0	
<b>Итого:</b>		<b>935,0</b>	<b>25,3</b>	<b>21,2</b>	<b>113,7</b>	<b>900,9</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Среда**  
**1 смена**

**29.01.2025 г.**

**Завтрак**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №267	Каша пшениная молочная жидкая 200г	200,0	8,0	7,2	37,0	246,0	27
М-17 №3	Бутерброд с сыром 60гр.	60,0	7,3	10,4	17,7	180,8	28
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	100,0	14,2	17,9	12,6	109,7	50
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>580,0</b>	<b>31,0</b>	<b>36,1</b>	<b>92,3</b>	<b>648,3</b>	<b>112</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	235,0	22
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	12,8	17,5	13,9	198,0	65
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>26,2</b>	<b>24,6</b>	<b>106,5</b>	<b>700,2</b>	<b>100</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	25
М-17 №290	Курица с овощами 100 гр	100,0	12,8	10,0	5,3	159,4	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>22,6</b>	<b>18,6</b>	<b>83,4</b>	<b>589,0</b>	<b>94</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П13 №152	Уха с крупой 250 г.	250,0	8,5	2,2	23,0	150,8	28
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	25
М-17 №290	Курица с овощами 100 гр	100,0	12,8	10,0	5,3	159,4	60
М-17 №75	Икра морковная 100гр	100,0	2,8	7,1	14,4	134,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>33,9</b>	<b>27,9</b>	<b>120,8</b>	<b>874,6</b>	<b>144</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

П-13 №565	Булочка дорожная 60гр	60,0	4,8	3,3	32,0	179,0	12
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
П-13 №540	Ватрушка с повидлом 60гр	60,0	3,2	1,2	39,5	190,3	20
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста с фарш	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
М-17 №408	Пирожки печенье(с мясом) из пресного сл	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	35
М-17 №406	Пирожки печенье (с картофелем)из дрож.	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печенье (с капустой) из дрож. те	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-00 №1327	Пирог закрытые (курица+картофель) 110г	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-17 №413	Пицца школьная 100гр, 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами 60гр	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
П-13 №543	Пирожки печен. (смород.)из сдобн. теста с	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31»  
Зав.столовой

Е.И. Малинова  
Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Среда**  
**2 смена**

**29.01.2025 г.**

**Полдник**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200,0	6,6	6,2	32,3	212,4	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
П-08 №276	Кисель из свежих ягод .(смородина)20	200,0	0,3	0,1	21,7	88,8	19
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>8,4</b>	<b>6,9</b>	<b>64,0</b>	<b>353,0</b>	<b>48</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	30
М-17 №290	Птица тушенная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	156,0	57
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>540,0</b>	<b>23,6</b>	<b>17,8</b>	<b>90,4</b>	<b>626,9</b>	<b>98</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	24,9	33,4	47,0	425,0	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	19
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>28,1</b>	<b>35,2</b>	<b>83,7</b>	<b>602,4</b>	<b>103</b>

**Комплекс 3**

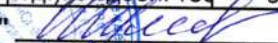
№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №94	Рассольник Ленинградский со сметаной	250,0	2,3	5,1	21,1	142,3	26
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	24,9	33,4	47,0	425,0	80
М-17 №75	Икра морковная 100гр	100,0	2,8	7,1	14,4	134,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	19
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>33,2</b>	<b>47,4</b>	<b>119,2</b>	<b>879,5</b>	<b>151</b>


**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортименте	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

П-13 №565	Булочка дорожная 60гр	60,0	4,8	3,3	32,0	179,0	<b>12</b>
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	<b>20</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	<b>14</b>
П-13 №540	Ватрушка с повидлом 60гр	60,0	3,2	1,2	39,5	190,3	<b>20</b>
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	<b>20</b>
М-17 №408	Пирожки печеные(с мясом) из пресного теста	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	<b>35</b>
М-17 №406	Пирожки печеные (с картофелем)из дрожж	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	<b>16</b>
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой) из дрожж	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	<b>16</b>
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	<b>28</b>
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	<b>27</b>
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	<b>40</b>
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	<b>20</b>
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	<b>20</b>
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	<b>28</b>
П-13 №543	Пирожки печен. (смород.)из сдобн. теста	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	<b>20</b>

Директор ООО "Большая Перемена"  Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31»  Е.И. Малинова

Зав.столовой  Бочкарева О.Б.



# МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ

**НЕДЕЛЯ 4**

**Четверг  
1 смена**

**30.01.2025 г.**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200	5,9	6,2	36,4	220,2	
M17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60	3,5	13,7	22,7	165,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>10,9</b>	<b>20,5</b>	<b>84,1</b>	<b>549,1</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 250гр	250	5,9	6,2	36,4	235,0	
M17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60	3,5	13,7	22,7	165,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>10,9</b>	<b>20,5</b>	<b>84,1</b>	<b>563,9</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 150гр.	150,0	17,3	4,5	36,1	210,0	
M-17 №268	Котлеты 90гр (гов.)	90,0	14,7	15,1	9,0	156,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>36,6</b>	<b>21,4</b>	<b>90,1</b>	<b>581,4</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 180гр.	180,0	20,7	5,6	43,3	198,6	
M-17 №268	Котлеты 100гр (гов.)	100	16,5	17,5	10,2	198,5	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	40,0	1,5	0,6	10,0	56,5	
M-17 337	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>41,9</b>	<b>24,9</b>	<b>98,7</b>	<b>619,9</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
M17 №82	Борщ с капустой и картофелем 200гр.	200,0	2,0	4,1	13,9	135,0	
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 150гр.	150,0	17,3	4,5	36,1	269,9	
M-17 №268	Котлеты 90гр (гов.)	90,0	14,7	15,1	9,0	198,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
M-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>38,6</b>	<b>25,5</b>	<b>104,0</b>	<b>818,3</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
M17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,0	4,1	13,9	135,0	
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 180гр.	180,0	20,7	5,6	43,3	300,4	
M-17 №268	Котлеты 100гр (гов.)	100,0	14,7	15,1	9,0	198,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
M-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,0	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>42,1</b>	<b>26,6</b>	<b>111,4</b>	<b>902,6</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Четверг**

**30.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	215,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>53,9</b>	<b>326,8</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 250/5гр	250,0	5,4	6,0	28,9	215,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,6</b>	<b>53,9</b>	<b>326,8</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из свежей капусты с картофелем 2	200,0	2,0	4,1	11,2	126,3	
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	210,3	
М-00 №872	Запеканка из печени с рисом 90гр	90,0	15,8	7,3	11,6	190,6	
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>39,6</b>	<b>17,7</b>	<b>104,0</b>	<b>742,6</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из свежей капусты с картофелем 2	250,0	3,8	5,2	21,3	146,0	
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	4,0	6,2	34,2	210,3	
М-00 №872	Запеканка из печени с рисом 100гр	100,0	17,5	7,6	13,7	210,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	126,0	
<b>Итого:</b>		<b>800,0</b>	<b>33,9</b>	<b>22,9</b>	<b>125,4</b>	<b>872,4</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из свежей капусты с картофелем 2	200,0	2,0	4,1	11,2	135,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	196,0	
М-00 №872	Запеканка из печени с рисом 90гр	90,0	15,8	7,3	11,6	190,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>26,4</b>	<b>19,4</b>	<b>102,0</b>	<b>737,6</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №88	Щи из свежей капусты с картофелем 2	250,0	2,0	4,1	11,2	145,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	
М-00 №872	Запеканка из печени с рисом 100гр	100,0	15,8	7,3	11,6	190,6	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>27,4</b>	<b>20,5</b>	<b>109,2</b>	<b>858,9</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульга А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочарева О.Б.



## МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"

## МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ

НЕДЕЛЯ 4

Четверг

30.01.2025 г.

1 смена

## Завтрак

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200,0	5,9	6,2	36,4	220,2	27
М17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60,0	3,5	13,7	22,7	228,7	25
М-17 № 225	Оладьи из творога 50/20гр	100,0	9,9	12,3	17,2	109,7	36
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>580,0</b>	<b>20,8</b>	<b>32,8</b>	<b>101,3</b>	<b>670,4</b>	<b>95</b>

## Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	237,0	25
М-17 №268	Котлеты 100гр (гов.)	100	16,5	17,5	10,2	198,5	65
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	40,0	1,5	0,6	10,0	56,5	2
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	7
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>28,0</b>	<b>26,7</b>	<b>98,5</b>	<b>658,3</b>	<b>103</b>

## Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	23,4	19,8	51,5	345,0	80
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	19
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>26,8</b>	<b>21,0</b>	<b>103,3</b>	<b>579,2</b>	<b>103</b>

## Комплекс 3

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,5	5,1	16,7	123,7	26
М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	23,4	19,8	51,5	345,0	80
М-17 №307	Бобовые отварные с луком 100гр.	100,0	9,6	5,7	24,8	201,1	20
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	19
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>38,9</b>	<b>31,8</b>	<b>144,8</b>	<b>904,0</b>	<b>149</b>

## Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортим	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

## Выпечка

М-17 №408	Пирожки печеные(с мясом) из пресног	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	35
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-00 №1327	Пирог закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
М-17 №406	Пирожки печеные (с картофелем) из д	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож.	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	28
П-13 №542	Пирожки печ. из сд. т. с повидлом 60г	60,0	3,0	2,2	35,0	178,6	16
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с маком 100гр	100,0	5,3	4,9	34,4	198,6	22
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	25
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
П-13 №543	Пирожки печен.из сдобн. теста фарше	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20
П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	12

Директор ООО "Большая Перемена"

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31»

Е.И. Малинова

Зав.столовой

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Четверг**  
**2 смена**

**30.01.2025 г.**

**Полдник**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	27
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	70,0	8,5	10,7	7,5	109,7	50
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>490,0</b>	<b>15,4</b>	<b>17,3</b>	<b>61,4</b>	<b>410,9</b>	<b>84</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 180гр.	180,0	20,7	5,6	43,3	325,4	20
М-00 №872	Запеканка из печени с рисом 100гр	100,0	17,5	7,6	13,7	210,0	65
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	3
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	19
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>42,8</b>	<b>15,0</b>	<b>102,0</b>	<b>775,5</b>	<b>111</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-04 №216	Картофель, запеченый с курицей 280г	280,0	28,7	18,8	42,8	464,0	90
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>31,7</b>	<b>20,0</b>	<b>77,8</b>	<b>627,6</b>	<b>99</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №87	Щи из свежей капусты с картофелем с	250,0	12,3	7,1	9,0	148,0	26
М-04 №216	Картофель, запеченый с курицей 280г	280,0	28,7	18,8	42,8	464,0	90
М-04 №614	Маринад овощной со свеклой 100гр	100,0	1,5	10,1	11,3	141,0	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>45,5</b>	<b>37,2</b>	<b>98,1</b>	<b>916,6</b>	<b>147</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассорти	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

М-17 №408	Пирожки печеные(с мясом) из пресног	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	<b>35</b>
М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	<b>40</b>
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	<b>27</b>
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	<b>28</b>
М-17 №406	Пирожки печеные (с картофелем) из д	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	<b>16</b>
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож.	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	<b>16</b>
П-13 №543	Пирожки печен.из сд. теста с ягодами	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	<b>20</b>
П-13 №541	Ватрушка с творогом 60гр	60,0	3,2	1,2	20,6	107,8	<b>28</b>
П-13 №542	Пирожки печ. из сд. т. с повидлом 60г	60,0	3,0	2,2	35,0	178,6	<b>16</b>
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	<b>20</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с маком 100гр	100,0	5,3	4,9	34,4	198,6	<b>22</b>
М-17 №418	Слойка с повидлом 60гр.	60,0	4,0	1,4	33,0	162,5	<b>25</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	<b>14</b>
П-13 №543	Пирожки печен.из сдобн. теста фарше	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	<b>20</b>
П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	<b>12</b>

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



# МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ

**НЕДЕЛЯ 4**

**Пятница**

**31.01.2025 г.**

**1 смена**

**Завтрак ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200	6,6	6,2	32,3	212,4	
М17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60	60	2,6	5,1	30,4	183,3	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>500,0</b>	<b>10,7</b>	<b>11,9</b>	<b>87,7</b>	<b>559,3</b>	

**Завтрак ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 250гр.	250	6,6	6,2	32,3	212,4	
М17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60	60	2,6	5,1	30,4	183,3	
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200	0,0	0,0	15,0	60,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40	1,5	0,6	10,0	103,6	
<b>Итого:</b>		<b>550,0</b>	<b>10,7</b>	<b>11,9</b>	<b>87,7</b>	<b>559,3</b>	

**Завтрак Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	179,3	
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	165,5	
Ком. товар	Печенье\ вафли (2шт)	20,0	0,4	0,4	9,8	47,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
П-08 №276	Кисель из свежих ягод (смородина) 20	200,0	0,3	0,1	21,7	88,8	
<b>Итого:</b>		<b>510,0</b>	<b>23,9</b>	<b>20,7</b>	<b>88,6</b>	<b>584,2</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	176,0	
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	198,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Печенье\ вафли (2шт)	20,0	0,4	0,4	9,8	47,0	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-08 №276	Кисель из свежих ягод (смородина) 20	200,0	0,3	0,1	21,7	88,8	
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>26,4</b>	<b>22,4</b>	<b>105,8</b>	<b>665,2</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 200гр.	200,0	2,3	4,1	20,1	143,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 150гр	150,0	4,0	6,2	34,2	185,0	
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	198,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-08 №276	Кисель из свежих ягод (смородина) 20	200,0	0,3	0,1	21,7	88,8	
Ком. товар	Печенье\ вафли (2шт)	20,0	0,4	0,4	9,8	47,0	
<b>Итого:</b>		<b>730,0</b>	<b>27,7</b>	<b>25,4</b>	<b>118,7</b>	<b>817,8</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №96	Рассольник ленинградский 250гр.	250,0	2,3	4,1	20,1	143,6	
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	4,0	6,2	34,2	213,1	
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	198,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
П-08 №276	Кисель из свежих ягод (смородина) 20	200,0	0,3	0,1	21,7	88,8	
<b>Итого:</b>		<b>810,0</b>	<b>27,3</b>	<b>25,0</b>	<b>108,9</b>	<b>850,7</b>	

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ ЛЬГОТНЫХ КАТЕГОРИЙ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Пятница**

**31.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 200г	200,0	6,5	6,3	38,3	236,1	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	126,0	
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>12,0</b>	<b>9,0</b>	<b>74,5</b>	<b>413,9</b>	

**Полдник ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 250г	250,0	6,5	6,3	38,3	218,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	126,0	
<b>Итого:</b>		<b>470,0</b>	<b>12,0</b>	<b>9,0</b>	<b>74,5</b>	<b>395,8</b>	

**Обед Бесплатники 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 200гр.	200,0	5,1	4,3	20,2	144,2	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	150,0	8,8	5,3	47,6	260,9	
П-08 №209	Шницели (кур.) припущенные 90гр.	90,0	16,5	7,5	8,8	173,3	
Ком. товар	Печенье\вафли (2шт)	20,0	0,4	0,4	9,8	47,0	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	3,1	1,2	20,0	51,8	
<b>Итого:</b>		<b>700,0</b>	<b>35,5</b>	<b>19,3</b>	<b>131,6</b>	<b>791,7</b>	

**Комплекс МО, ТЖС, СВО, Многодетные.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	279,0	
П-08 №209	Шницели (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	
Ком. товар	Печенье\ вафли (2шт)	20,0	0,4	0,4	9,8	47,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
<b>Итого:</b>		<b>820,0</b>	<b>40,5</b>	<b>22,4</b>	<b>147,2</b>	<b>943,8</b>	

**Комплекс ОВЗ 1-4 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 200гр.	200,0	5,1	4,3	20,2	144,2	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	150,0	8,8	5,3	47,6	198,0	
П-08 №209	Шницели (кур.) припущенные 90гр.	90,0	16,5	7,5	8,8	173,3	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
Ком. товар	Печенье\вафли (2шт)	20,0	0,4	0,4	9,8	47,0	
<b>Итого:</b>		<b>720,0</b>	<b>35,5</b>	<b>19,3</b>	<b>131,6</b>	<b>780,6</b>	

**Комплекс ОВЗ 5-11 кл.**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-№144	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	5,1	4,3	20,2	165,8	
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	198,0	
П-08 №209	Шницели (кур.) припущенные 100гр.	100,0	16,5	7,5	8,8	210,0	
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	
Ком. товар	Печенье\вафли (2шт)	20,0	0,4	0,4	9,8	47,0	

Директор ООО "Большая Перемена" Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.



## Завтрак

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №262	Каша манная молочная жидкая 200гр.	200,0	6,6	6,2	32,3	212,4	27
М17№2	Бутерброд с джемом или повидлом 60	60,0	2,6	5,1	30,4	183,3	18
М-17 № 219	Сырники из творога 50/20гр	100,0	14,2	17,9	12,6	109,7	50
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
<b>Итого:</b>		<b>580,0</b>	<b>24,9</b>	<b>29,8</b>	<b>100,3</b>	<b>617,2</b>	<b>102</b>

## Комплекс 1

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	176,0	30
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	278,0	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>25,7</b>	<b>21,9</b>	<b>89,3</b>	<b>721,2</b>	<b>103</b>

## Комплекс 2

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	5,0	7,3	41,4	255,5	26
М-17 №268	Котлеты 100 гр. (гов)	100,0	16,5	17,5	10,2	198,6	65
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>540,0</b>	<b>24,5</b>	<b>26,0</b>	<b>86,6</b>	<b>617,7</b>	<b>100</b>

## Комплекс 3

М-17 №94	Рассольник со сметаной 250гр.	250,0	2,3	5,1	21,1	142,3	26
П08№235,П13№4	Сложный гарнир 200гр	200,0	5,0	7,3	41,4	255,5	26
М-17 №268	Котлеты 100 гр. (гов)	100,0	16,5	17,5	10,2	198,6	65
М-04 №614	Маринад овощной со свеклой 100гр	100,0	1,5	10,1	11,3	141,0	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>890,0</b>	<b>28,3</b>	<b>41,2</b>	<b>119,0</b>	<b>901,0</b>	<b>148</b>

## Комер.товар

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	16
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассорти	200	0,0	0,0	0,0	0,0	35
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

## Выпечка

М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	40
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	27
М-17 №406	Пирожки печ. (с картофелем)из дрож.т	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	16
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож.	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	16
М-17 №408	Пирожки печеные (с мясом)из пресног	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	35
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	28
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	20
П-13 №564	Булочка домашняя 60гр.	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	12
М-17 №411	Ватрушка с ягодой 75гр	75,0	4,0	1,5	26,0	135,6	25
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	20
М-84 С-76	Рулет с маком 70гр.	70,0	4,0	1,5	32,7	161,9	20
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	14
П-13 №542	Пирожки печ. из сд. теста с повидлом	60,0	3,0	2,2	35,0	178,6	16
П-13 №543	Пирожки печен.(смород.)из сдобн. тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	20

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_ Шульдайс А.А.

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_ Е.И. Малинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_ Бочкарева О.Б.



**МБОУ "СОШ №31 им. Героя Советского Союза А.В. Спекова"**  
**МЕНЮ ДЛЯ ГРУППОВЫХ ЗАКАЗОВ**

**НЕДЕЛЯ 4**

**Пятница**

**31.01.2025 г.**

**2 смена**

**Полдник**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №265	Каша молочная кукурузная жидкая 200г	200,0	6,5	6,3	38,3	236,1	27
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	5
<b>Итого:</b>		<b>420,0</b>	<b>8,0</b>	<b>6,9</b>	<b>63,3</b>	<b>347,9</b>	<b>34</b>

**Комплекс 1**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	8,8	5,3	47,6	198,0	22
П-08 №209	Шницели (кур.) припущенные 100гр.	100,0	16,5	7,5	8,8	210,0	60
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	7
<b>Итого:</b>		<b>560,0</b>	<b>30,0</b>	<b>14,6</b>	<b>101,6</b>	<b>677,9</b>	<b>97</b>

**Комплекс 2**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	188,2	25
П-13 №345	Котлеты рыбные 100 гр.	100,0	24,1	3,1	9,8	173,9	55
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	19
<b>Итого:</b>		<b>520,0</b>	<b>34,3</b>	<b>11,7</b>	<b>104,7</b>	<b>596,3</b>	<b>103</b>

**Комплекс 3**

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. Ккал	Цена, руб.
М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	26
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	188,2	25
П-13 №345	Котлеты рыбные 100 гр.	100,0	24,1	3,1	9,8	173,9	55
М-17 №75	Икра свекольная 100гр	100,0	3,0	7,1	16,2	143,8	22
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 20г.	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	2
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	19
<b>Итого:</b>		<b>870,0</b>	<b>43,7</b>	<b>24,2</b>	<b>146,1</b>	<b>920,1</b>	<b>151</b>

**Комер.товар**

Ком товар	Гематоген 40гр	40	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>16</b>
Ком товар	Сок пакетированный 200гр в ассортименте	200	0,0	0,0	0,0	0,0	<b>35</b>
Ком товар	Фрукты 100гр в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47,0	

**Выпечка**

М-17 №413	Пицца школьная 100гр. 2 вариант	100,0	11,0	13,8	35,7	306,4	<b>40</b>
М-00 №1351	Хачапури с сыром 60гр	60,0	7,6	8,7	26,0	203,7	<b>27</b>
М-17 №406	Пирожки печ. (с картофелем)из дрож.т	75,0	9,3	12,4	70,0	165,0	<b>16</b>
М-17 №406	Пирожки печеные (с капустой)из дрож.	75,0	12,8	22,8	43,6	165,3	<b>16</b>
М-17 №408	Пирожки печеные (с мясом)из пресног	60,0	9,4	22,3	19,1	36,0	<b>35</b>
М-00 №1327	Пироги закрытые (курица+картофель)	110,0	6,1	3,3	38,6	210,8	<b>28</b>
П-08 №320	Круассан 50гр.	50,0	3,4	2,1	28,3	146,0	<b>20</b>
П-13 №564	Булочка домашняя 60гр	60,0	4,2	1,6	28,6	146,8	<b>12</b>
М-17 №411	Ватрушка с ягодой 75гр	75,0	4,0	1,5	26,0	135,6	<b>25</b>
П-13 №543	Пирожки печ. (яблоко)из сдобн. теста	60,0	0,7	1,3	2,2	7,8	<b>20</b>
М-17 №421	Сдоба обыкновенная с помадкой 60гр	60,0	4,8	1,8	38,9	193,0	<b>14</b>
П-13 №543	Пирожки печен. (смород.)из сдобн. тес	60,0	0,2	0,1	1,2	6,1	<b>20</b>

Директор ООО "Большая Перемена" \_\_\_\_\_

Шульдайс А.А

Директор МБОУ «СОШ №31» \_\_\_\_\_

Е.И. Мапинова

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Бочкарева О.Б.