



СОГЛАСОВАНО
 Директор *И.С. Зукина*

Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год
 1

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порции руб
		Б	Ж	У		
Блинчики с курицей и смет.соусом	200/30	9.7	22.7	57.5	473.1	70.00
Какао с молоком	200	3.3	2.9	13.8	104	20.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Итого за завтрак:		12,08	10,74	75,72	470,9	
Цена						100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порции руб
		Б	Ж	У		
Салат Столичный	100	5.6	12.4	5.8	157	28.00
Суп-лапша с курицей	300	3.1	6.6	13.9	138.9	30.00
Картофель отварной с м/сл	100/5	2.0	3	16.1	99.6	12.00
Мясо по-французски	150	24.4	22.5	4	339.4	90.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Сок фрукт.натуральный	200	1.0	0	20.4	84.8	20.00
Итого за обед:		43.7	45.3	109.4	1053.7	
Цена						190.00



УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС

СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год

2

Возрастная категория 7-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Сырники из творога со сметаной	200/30	28.7	25.4	73.7	592.2	60.00
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88	18.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47	12.00
Итого за завтрак:		39.5	29.1	146.3	961.2	
Цена						100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат Цезарь	100	10.7	16.4	7.2	221.6	30.00
Шурпа с говядиной	300	6.6	7.2	11.1	132.9	45.00
Лапша гречневая с курицей и овощами	240	18	5.5	47.3	375	90.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Узвар из сухофруктов	200	0.4	0	30.9	126.3	15.00
Итого за обед:		43.3	29.9	145.6	1089.8	
Цена						190.00



УТВЕРЖДАЮ
ООО «ФЕНИКС»



СОГЛАСОВАНО
Директор

Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год

3

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Паста Карбонара	250	27.5	37.7	67.2	687.5	85.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Чай с сахаром и лимоном	200/10/10	0.1	0.0	15	61.4	5.00
Итого за завтрак:		35.2	38.5	131.4	982.9	
Цена						100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат крабовый с огурцом	100	5.6	7.7	4.2	108	30.00
Уха по-царски	300	7.2	3.6	3.6	75	40.00
Курица Тирьяки с рисом и овощами	260	32.9	54.7	10.5	667.3	90.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Сок фрукт.натуральный	200	1.0	0	20.4	84.8	20.00
Итого за обед:		54.3	66.8	87.9	1169.1	
Цена						190.00

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС



СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год

4

Возрастная категория 7-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Сэндвич с ветчиной и сыром	190	23.4	29.6	56.3	585.2	30.00
Фишбол из минтая	100	15.9	0.9	0	72	50.00
Картофельное пюре с м/сл	150/5	2.1	5	21.1	141.8	15.00
Чай с сахаром	200/10	0.2	0.1	9.3	38	5.00
Итого за завтрак:		41.6	35.6	86.7	837	
					Цена	100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат Оливье	100	5.1	16.5	3.9	187	45.00
Щи Российские	300	2.1	5.8	7.1	96	30.00
Плов из говядины повосточному	250	25.5	23.9	40.6	495	90.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Компот из свежих яблок	200	0.1	0.1	10.5	45.2	15.00
Итого за обед:		40.4	47.1	111.3	1057.2	
					Цена	190.00

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС



СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год

5

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Пудинг «Манник» с фруктовым сиропом	250	3.7	9.5	56.5	325	60.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Йогурт	200	14.7	6	24.6	212	30.00
Итого за завтрак:		26	16.3	130.3	771	
					Цена	100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из говядины с овощами	100	7.4	10.4	5.3	143.7	50.00
Суп картофельный с бобовыми, копченостями и сухариками	300	6.6	6.3	19.8	177.9	45.00
Котлета по-киевски	100	13.9	26.7	12.8	323.3	50.00
Картофель запеченный дольками	150	4.1	14.3	33	277.2	15.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Сок овощной	200	1.0	0	20.4	84.8	20.00
Итого за обед:		40.6	58.5	140.5	1240.9	
					Цена	190.00

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС



СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024-2025 учебный год

6

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Пельмени отварные со сметаной	200/30	23.7	13.9	40.4	382.6	85.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Чай с сахаром и лимоном	200/10/10	0.1	0	15	61.4	5.00
Итого за завтрак:		31.4	14.7	104.6	678	
Цена						100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат Президентский	100	16.6	28.8	6.3	351	20.00
Борщ Московский	300	2.2	5.9	13.1	124.5	35.00
Кордон Блю	150	21.7	18.4	5.7	271.5	20.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Компот из свежих ягод	200	0.1	0.1	10.5	45.2	15.00
Итого за обед:		48.2	54	84.8	1026.2	
Цена						190.00

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС



СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024-2025 учебный год

7

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Блинчики с творогом и сметаной	200/30	22.1	19.1	47.4	450.8	58.00
Какао с молоком	200	3.3	2.9	13.8	104	20.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47	12.00
Итого за завтрак:		33.4	23.2	120.2	835.8	
					Цена	100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат Греческий	100	2.6	6.4	3.8	87.8	17.00
Лагман	300	14.7	0.7	9.9	279.9	50.00
Зразы рыбные рубленые	100	10.7	7.8	7.5	143.6	75.00
Рис с овощами	150	2.4	5.7	22.6	148.2	18.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Сок овощной	200	1.0	0	20.4	84.8	20.00
Итого за обед:		39	41.4	113.4	978.3	
					Цена	190.00

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС



СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год

8

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Овощи свежие	100	0.8	0.1	1.7	10	15.00
Лаваш с сыром и зеленью	100	8.9	3.3	56	290	35.00
Омлет по- Боварски	115/30	12	6.4	56.3	330.7	42.00
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88	18.00
Итого за завтрак:		24.5	12.3	127.6	718.7	
					Цена	100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат Айсберг	100	0.9	0.1	1.8	14	45.00
Суп-лапша грибная	300	3.1	6.6	13.9	138.9	30.00
Филе куриное по-Боярски	100	13	19.6	2.4	238.8	70.00
Картофельное пюре с м/сл	150/5	2.1	5	21.1	141.8	15.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Сок фруктовый натуральный	200	-1.0	0	20.4	84.8	20.00
Итого за обед:		27.7	32.1	108.8	852.3	
					Цена	190.00

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС



СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год

9

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Вареники с картофелем, м/сл и сметаной	200/10/30	25.7	6.6	47.3	351.6	60.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Молоко кипяченое	200	6.5	6.4	10.8	127.1	30.00
Итого за завтрак:		39.8	13.8	107.3	712.7	
					Цена	100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат Фигаро	100	7.3	11	10.5	170.7	40.00
Борщ с пампушками	300/30	1.9	5.8	10.3	109.5	20.00
Котлета Московская	100	10.4	13.6	10.2	205	75.00
Овощи запеченные	150	0.9	1.1	5	33.1	30.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Узвар из сухофруктов	200	0.4	0	30.9	126.3	15.00
Итого за обед:		28.5	32.3	116.1	878.6	
					Цена	190.00

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС



СОГЛАСОВАНО
Директор



Меню дополнительного питания на 2024 -2025 учебный год

10

Возрастная категория 7-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порции руб
		Б	Ж	У		
Курица с рисом и овощами	260	21.7	19.4	22.4	350.1	60.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Йогурт	200	14.7	6	24.6	212	30.00
Итого за завтрак:		44	26.2	96.2	796.1	
					Цена	100.00
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порции руб
		Б	Ж	У		
Салат Рыбные шарики	100	16.2	19	12.1	287	60.00
Рассольник	300	2	6.1	13.5	127.2	30.00
Картофель отварной с луком и м/сл	150/5/5	2	3	16.1	99.6	15.00
Колета рыбная из трески	100	8.2	6.6	11.3	135	70.00
Хлеб пшеничный в/с	100	7.6	0.8	49.2	234	10.00
Чай с сахаром	200/10	0.2	0.1	9.3	38	5.00
Итого за обед:		36.2	35.6	111.5	920.8	
					Цена	190.00