

Согласовано: *С.В. Ковалева*
"СООП" *С.В. Ковалева*
директор *С.В. Ковалева*

Директор МАУ "ЦЗП"

Молоко питьевое для обучающихся 1-4 классов
(900-ЗМО от 26 октября 2007 года ст.1 п5)

Энергетический



Согласовано:

МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ №10

им. К.И. ДУШЕНОВА

директор *Н.В. Ковалева*

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

30 мая 2025 г.

2 СМЕНА

Утверждаю:

Директор МАУ "ЦЗП"

Хорсун М. В.

№ по сборнику рецептур	День 5	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
209	Яйцо вареное	45	70,85
401	Оладьи (с маслом)	155	391,00
385	Молоко	200	107,00
338	Плоды свежие(груша)	100	47,00
	12-18 лет		
209	Яйцо вареное	45	70,85
401	Оладьи(с маслом)	210	467,00
385	Молоко	200	107,00
338	Плоды свежие(груша)	100	47,00
	Обед		
	7-11 лет		
67	Винегрет овощной	100	125,00
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	109,00
290/331	Птица, тушеная в соусе сметанном с томатом	90	149,40
125	Картофель отварной	150	150,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
347	Компот из плодов конс.	200	122,60
	12-18 лет		
67	Винегрет овощной	100	125,00
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	109,00
290/331	Птица, тушеная в соусе сметанном с томатом	100	166,00
125	Картофель отварной	200	200,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
347	Компот из плодов конс.	200	122,60

Зав.производством

Г.К.

Согласовано:

МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСКОЕ СОШ №10

им. К.И. ДУШЕНОВА

директор В. В. Ковалева

Утверждаю:

Директор МАУ "ЦЗП"

Хорсун М. В.

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

29 мая 2025 г.

2 СМЕНА

№ по сборнику рецептур	День 4	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
15	Сыр порциями	30	108,00
210	Омлет натуральный	150	289,65
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	89,00
	Хлеб пшеничный	50	117,00
	12-18 лет		
15	Сыр порциями	30	108,00
210	Омлет натуральный	200	386,20
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	99,00
	Хлеб пшеничный	50	117,00
	Обед		
	7-11 лет		
пр.пр.	Икра кабачковая	60	71,40
96	Рассольник Ленинградский	250	107,25
239/331	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	90	145,13
304	Рис отварной	150	209,70
пр.пр.	Зефир	50	117,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	40	79,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,80
	12-18 лет		
пр.пр.	Икра кабачковая	100	119,00
96	Рассольник Ленинградский	250	107,25
239/331	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	100	161,30
304	Рис отварной	200	279,60
пр.пр.	Зефир	30	97,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	40	79,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,80

Зав.производством

С.С.

Согласовано
МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСКОЕ СОШ №10
им. К.И. ДУШЕНОВА

В. Новак

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

28 мая 2025 г.

2 СМЕНА

Утверждаю:
Директор МАУ "ЦЗП"
Хорсун М. В.

№ по сборнику рецептур	День 3	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
372	Яблоко печёное	70	61,19
188	Запеканка рисовая с творогом	150	320,00
379	Кофейный напиток	200	100,60
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	80	129,30
	12-18 лет		
372	Яблоко печеное	70	61,19
188	Запеканка рисовая с творогом	200	400,10
379	Кофейный напиток	200	100,60
	Хлеб пшеничный	80	117,50
	Обед		
	7-11 лет		
40	Салат из картофеля с зел. горошком и морковью	60	67,62
81	Борщ	250	91,25
261/330	Печень, тушеная с соусом сметанным	90	143,10
302	Каша рассыпчатая (греча)	150	169,95
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	Хлеб пшеничный	50	117,50
389	Сок фруктовый	200	136,40
	12-18 лет		
40	Салат из картофеля с зел. горошком и морковью	100	112,70
81	Борщ	250	91,25
261/330	Печень, тушеная с соусом сметанным	100	159,00
302	Каша рассыпчатая (греча)	200	226,60
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	Хлеб пшеничный	50	117,50
389	Сок фруктовый	200	136,40

Зав. производством

В. Новак

Согласовано:
МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСКОЕ СОШ №10
им. К.И. ДУШЕНОВА

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

27 мая 2025 г.

2 СМЕНА

Утверждаю:

Директор МАУ "ЦЗП"

Хорсун М. В.

№ по сборнику рецептур	День 2	Выход блюда, г	Энергетическая ценность ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
70	Овощи натур. соленые (Огурец стерилизованный)	40	4,60
204	Макароны отварные с сыром	200	334,00
378	Чай с молоком	150/50/5	41,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	12-18 лет		
70	Овощи натур. соленые (Огурец стерилизованный)	40	4,60
204	Макароны отварные с сыром	250	418,00
378	Чай с молоком	150/50/5	41,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	Обед		
	7-11 лет		
52	Салат свеклы отварной	60	55,68
87	Щи из свежей капусты	250	80,00
291	Плов из птицы	180	274,80
пр.пр.	Печенье	20	63,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
345	Компот из крыжовника и чер. смородины	200	122,60
	12-18 лет		
52	Салат свеклы отварной	100	92,80
87	Щи из свежей капусты	250	80,00
291	Плов из птицы	200	304,40
пр.пр.	Печенье	20	63,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
345	Компот из крыжовника и чер. смородины	200	122,60

Зав.производством

Согласовано:
МБОУ ЗАТО «СЕВЕРОМОРСК СОШ №10»
им. К.И. ДУБЕНОВА

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

26 мая 2025 г.

2 СМЕНА

Утверждаю:

Директор МАОУ «ЦЗП»
Хорсун М. В.

№ по сборнику рецептур	День 1	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
15	Сыр порциями	30	108,00
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	150/5	230,28
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб пшеничный	40	94,00
338	Плоды свежие (Груша)	100	47,00
	12-18 лет		
15	Сыр порциями	40	144,00
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	200/10	296,00
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб пшеничный	40	94,00
338	Плоды свежие (Груша)	100	47,00
	Обед		
	7-11 лет		
23	Салат из свежих помидоров	60	46,62
101	Суп картофельный с крупой	250	85,75
182/331	Котлета с соусом сметанным томатным	90	182,25
128	Картофельное пюре	150	125,31
	Хлеб пшеничный	50	117,50
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	98,00
342	Компот из свежих плодов	200	114,60
	12-18 лет		
23	Салат из свежих помидоров	100	77,70
101	Суп картофельный с крупой	250	85,75
182/331	Котлета с соусом сметанным томатным	100	202,50
128	Картофельное пюре	200	167,08
	Хлеб пшеничный	40	94,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	98,00
342	Компот из свежих плодов	200	114,60

Зав.производством

Согласовано

МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСКИЙ СОШ №10

им. К.И. ДУЩЕНОВА

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

30 мая 2025 г.

1 СМЕНА

Утверждаю:

Директор МАУ "ЦЗП"

Хоросин М. В.

№ по сборнику рецептур	День 5	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
209	Яйцо вареное	45	70,85
401	Оладьи (с маслом)	155	391,00
385	Молоко	200	107,00
338	Плоды свежие(груша)	100	47,00
	12-18 лет		
209	Яйцо вареное	45	70,85
401	Оладьи(с маслом)	210	467,00
385	Молоко	200	107,00
338	Плоды свежие(груша)	100	47,00
	Обед		
	7-11 лет		
67	Винегрет овощной	100	125,00
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	109,00
290/331	Птица, тушеная в соусе сметанном с томатом	90	149,40
125	Картофель отварной	150	150,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
347	Компот из плодов конс.	200	122,60
	12-18 лет		
67	Винегрет овощной	100	125,00
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	109,00
290/331	Птица, тушеная в соусе сметанном с томатом	100	166,00
125	Картофель отварной	200	200,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
347	Компот из плодов конс.	200	122,60

Зав.производством

Согласовано

МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ №10

им. К.И. ДУШЕНОВА

Утверждаю

Директор МАУ "ЦЗН"

Хорсун М. В.

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

29 мая 2025 г.

1 СМЕНА

№ по сборнику рецептур	День 4	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
15	Сыр порциями	30	108,00
210	Омлет натуральный	150	289,65
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	89,00
	Хлеб пшеничный	50	117,00
	12-18 лет		
15	Сыр порциями	30	108,00
210	Омлет натуральный	200	386,20
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	99,00
	Хлеб пшеничный	50	117,00
	Обед		
	7-11 лет		
пр.пр.	Икра кабачковая	60	71,40
96	Рассольник Ленинградский	250	107,25
239/331	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	90	145,13
304	Рис отварной	150	209,70
пр.пр.	Зефир	50	117,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	40	79,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,80
	12-18 лет		
пр.пр.	Икра кабачковая	100	119,00
96	Рассольник Ленинградский	250	107,25
239/331	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	100	161,30
304	Рис отварной	200	279,60
пр.пр.	Зефир	30	97,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	40	79,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,80

Зав.производством

Григорьев

Согласовано

МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСКОЕ СОШ №10

им. К.И. ДУШЕНОВА

директор *Н.И. Ковалева*

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

28 мая 2025 г.

1 СМЕНА

Утверждаю:

Директор МАУ "ЦЗП"

Хорсун М. В.



№ по сборнику рецептур	День 3	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
372	Яблоко печёное	70	61,19
188	Запеканка рисовая с творогом	150	320,00
379	Кофейный напиток	200	100,60
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	80	129,30
	12-18 лет		
372	Яблоко печеное	70	61,19
188	Запеканка рисовая с творогом	200	400,10
379	Кофейный напиток	200	100,60
	Хлеб пшеничный	80	117,50
	Обед		
	7-11 лет		
40	Салат из картофеля с зел. горошком и морковью	60	67,62
81	Борщ	250	91,25
261/330	Печень, тушеная с соусом сметанным	90	143,10
302	Каша рассыпчатая (греча)	150	169,95
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	Хлеб пшеничный	50	117,50
389	Сок фруктовый	200	136,40
	12-18 лет		
40	Салат из картофеля с зел. горошком и морковью	100	112,70
81	Борщ	250	91,25
261/330	Печень, тушеная с соусом сметанным	100	159,00
302	Каша рассыпчатая (греча)	200	226,60
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	Хлеб пшеничный	50	117,50
389	Сок фруктовый	200	136,40

Зав.производством

Т.С.

Согласовано

МБОУ ЗАТО Ч. СЕВЕРОМОРСК СОШ №10

им. К.И. ДУШЕНОВА

директор Е.В. Кокалсва

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

27 мая 2025 г.

1 СМЕНА

Утверждаю:

Директор МАУ "ЦЗП"

Хорсун М. В.

№ по сборнику рецептур	День 2	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
70	Овощи натур. соленые (Огурец стерилизованный)	40	4,60
204	Макароны отварные с сыром	200	334,00
378	Чай с молоком	150/50/5	41,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	12-18 лет		
70	Овощи натур. соленые (Огурец стерилизованный)	40	4,60
204	Макароны отварные с сыром	250	418,00
378	Чай с молоком	150/50/5	41,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
	Обед		
	7-11 лет		
52	Салат свеклы отварной	60	55,68
87	Щи из свежей капусты	250	80,00
291	Плов из птицы	180	274,80
пр.пр.	Печенье	20	63,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
345	Компот из крыжовника и чер. смородины	200	122,60
	12-18 лет		
52	Салат свеклы отварной	100	92,80
87	Щи из свежей капусты	250	80,00
291	Плов из птицы	200	304,40
пр.пр.	Печенье	20	63,00
	Хлеб пшеничный	80	188,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
345	Компот из крыжовника и чер. смородины	200	122,60

Зав.производством

П.К.С.

Согласовано:

МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ №10

им. К.И. ДУШЕНОВА

директор *М.В. Хорсун*

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

26 мая 2025 г.

1 СМЕНА

Утверждаю:

Директор МАУ "ЦЗП"

Хорсун М. В.

№ по сборнику рецептур	День 1	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
	Завтрак		
	7-11 лет		
15	Сыр порциями	30	108,00
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	150/5	230,28
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб пшеничный	40	94,00
338	Плоды свежие (Груша)	100	47,00
	12-18 лет		
15	Сыр порциями	40	144,00
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	200/10	296,00
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	22,00
	Хлеб пшеничный	40	94,00
338	Плоды свежие (Груша)	100	47,00
	Обед		
	7-11 лет		
23	Салат из свежих помидоров	60	46,62
101	Суп картофельный с крупой	250	85,75
182/331	Котлета с соусом сметанным томатным	90	182,25
128	Картофельное пюре	150	125,31
	Хлеб пшеничный	50	117,50
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	98,00
342	Компот из свежих плодов	200	114,60
	12-18 лет		
23	Салат из свежих помидоров	100	77,70
101	Суп картофельный с крупой	250	85,75
182/331	Котлета с соусом сметанным томатным	100	202,50
128	Картофельное пюре	200	167,08
	Хлеб пшеничный	40	94,00
	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	98,00
342	Компот из свежих плодов	200	114,60

Зав.производством

орф