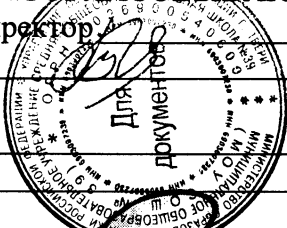
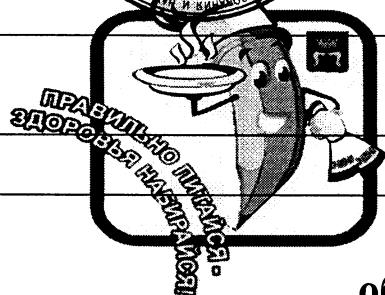


«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор _____ 		«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ Лавренко С.Е. 
---	--	---

Меню (3 день)



на 1 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,30	4,20	9,60	113,80
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/30)	90	14,10	13,60	13,20	231,70
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,80
389	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,2	76,3
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	соль йодированная	1				
ИТОГО		730	28,95	26,46	101	790,6

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

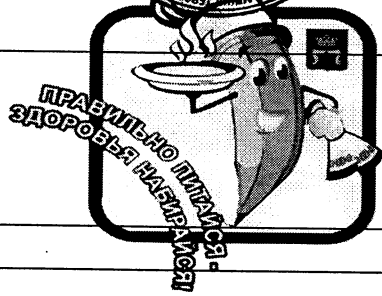
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Огурец свежий или соленый	20	0,14	0,017	0,3	2,4
259	Жаркое по-домашнему (свинина нежирных сортов)	250	17,6	42,1	23,6	547,1
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	19,24	42,6	38,7	620,1

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВАНО» Директор 		«УТВЕРЖДАЮ» Директор 
---	--	---

	Меню (4день)
на 2 октября 2025 года.	
Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов	

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,40	75,06
99	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,05	9,9	12,6	163,24
265	Плов из свинины	200	16,90	37,56	34,48	544,00
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб ржаной	40	2,80	0,94	15,60	84,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Соль йодированная	1				
ИТОГО		700	31,31	54,76	101,8	1016,4

Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов

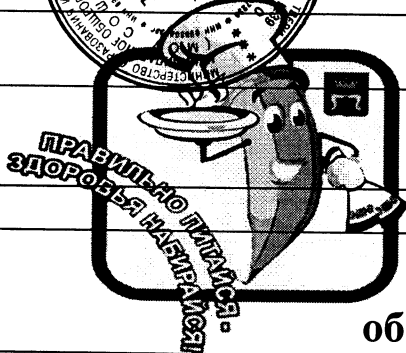
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223/219	Запеканка творожная или сырники со сгущенным молоком	200	18,9	12,9	59,7	430,5
		30	2,04	2,25	15,15	88,92
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
	Фруктовое пюре	90			8,1	32,4
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	26,84	16,35	100,1	637,12

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор _____	Директор _____
----------------------------------	----------------

	Меню (5день)	
	на 3 октября 2025 года.	
	Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов	

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,70	0,06	6,90	49,02
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,88	5,10	8,70	121,25
234	Котлета или биточек рыбные	50	6,59	4,95	8,50	105,80
333	Соус сметанный с томатом и луком	40	1,44	5,42	4,96	73,20
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,80	20,44	137,25
389	Сок фруктовый (для детского питания) в ассортименте	180	0,9	0	18,2	76,3
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	0,90	0,30	5,20	28,00
б/н	Хлеб ржаной	20	1,58	0,20	9,66	46,76
б/н	Печенье	20	1,50	1,90	14,88	85,80
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		740	19,56	22,73	97,44	723,38

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
212	Омлет с вареной колбасой (для детского питания)	200	13,9	28,6	2,7	319,2
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	18,55	31,88	31,06	483,14

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОПАСОВЫВАЮ» Директор _____ 		«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ 
---	--	---

	Меню (бдень)
на 6 октября 2025 года.	
Меню обедов для обучающихся я 1-4-х классов	

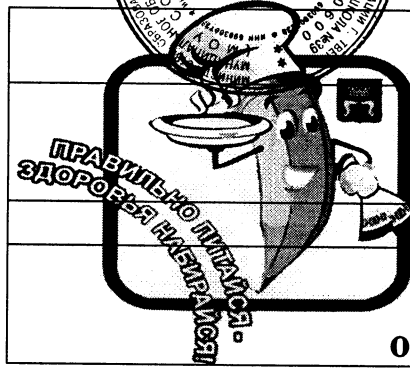
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,80	3,00	4,80	50,10
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,30	4,20	9,60	113,80
	Сосиска отварная	90	9,90	21,51	0,34	234,50
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		730	21,81	34,51	87	768,13

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
398	Блинчики с фруктовой начинкой с соусом из свежемороженых ягод 180/30	210	5,9	8,09	121,3	558,7
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Фрукты	100	0,36	0,36	8,8	42,3
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	6,36	8,47	137,1	629,6

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.
 Основание: Контракт (договор) - г. Тверь
 Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор _____	«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____	_____
---	--	--------------



Меню (7 день)

на 7 октября 2025 года.

Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,10	5,10	39,90
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,25	4,2	8,73	117,5
290	Птица тушеная с соусом № 331 (60/30)	90	10,50	10,50	3,20	149,40
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,80
348	Компот из кураги	180	0,70	0,04	24,90	103,32
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		740	26,34	22,24	103,9	766,06

Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов

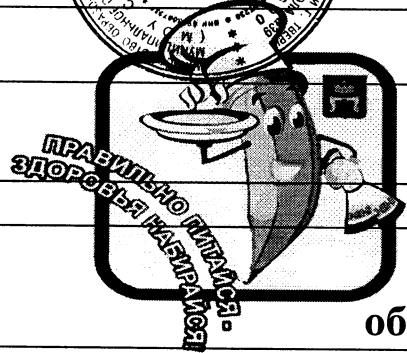
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
173	Каша вязкая молочная пшеница с маслом сливочным	250	9,1	5,4	47,8	276,2
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
б/н	Батон нарезной	30	2,25	0,84	15,51	85,8
	Фруктовое пюре	90			8,1	32,4
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		550	17,25	7,44	88,51	479,7

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор _____ 		«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ 
---	--	---

	Меню (8день) на 8 октября 2025 года. Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов
--	--

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
99	Суп овощной на мясном бульоне	200	2,07	4,99	7,30	82,20
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,70	18,90	437,70
389	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,2	76,3
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		700	20,74	41,9	71,61	744,58

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
174	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	6	10,85	42,95	294
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
209	Яйцо отварное	40	4,76	4,04	0,24	56,56
б/н	батон нарезной	30	2,25	0,84	15,51	85,8
15	сыр	20	4,64	5,9		72
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	18,68	21,95	73,8	565,86

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

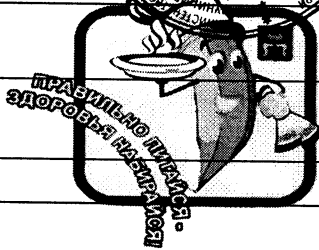
Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45



«Согласовано»
Директор _____
Документов



«Утверждаю»
Директор _____
«Тверской областной школы питания и детского питания»
Тавринова С.Е.
Для документов
Россия г. Тверь



Меню (9день)

на 9 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	60	0,98	2,50	4,40	47,94
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,10	4,12	6,32	99,80
297	Фрикадельки из мяса птицы с соусом № 329 (50/40)	90	8,65	12,50	8,72	191,85
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70
348	Компот из изюма	200	0,35	0,08	29,85	122,20
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		750	18,71	25,24	103,4	760,25

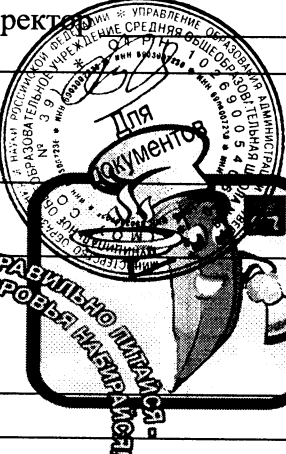
Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223/219	Запеканка творожная или сырники	200	18,9	12,9	59,7	430,5
	со сгущенным молоком	30	2,04	2,25	15,15	88,92
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	24,19	17,96	95,41	641,36

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор _____ 		«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ Давыдова С.Е. 
---	--	--

Меню (10 день)

на 10 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
96	Рассольник по -Ленинградски на мясном бульоне	200	2,64	4,48	9,80	120,30
278.2	Тефтели из мяса свинины с соусом № 332 (50/40)	90	15,69	15,08	14,65	257,40
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		740	27,71	27,43	103,2	797,67

Меню завтраков для обучающихся я 1-4-х классов

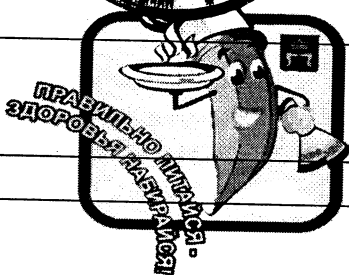
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
243	Сосиски отварные для детского питания	100	10,4	23,9	0,4	260,5
202 (309)	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,5	26,4	168,4
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
б/н	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5
	Хлеб ржаной	35	1,6	0,5	9,1	49
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	18,7	34	53,3	589,9

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВАНО» Директор _____	«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ Лавренова С.Е.
---------------------------------	---



Меню (1 день)

на 13 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,70	0,06	6,90	49,02
102	Суп с бобовыми (горох) на курином бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29
255	Печень по-строгановски (60/30)	90	14,04	10,20	3,20	139,90
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70
389	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,2	76,3
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		740	28,43	22,21	104,8	735,35

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
401	Оладьи со сгущенным молоком	150	8,81	8,98	72,79	404,08
		50	3,4	3,75	25,25	148,2
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	12,74	13,15	117,7	628,78

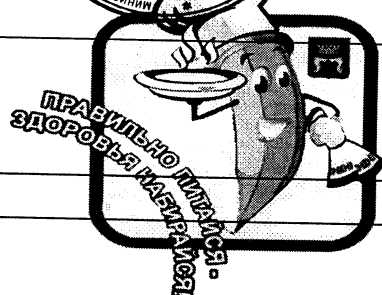
Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор 	«УТВЕРЖДАЮ» Директор 
--	--

Меню (2день)



на 14 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,98	2,50	5,40	47,93
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,10	4,12	6,32	99,80
294	Котлета рубленая из мяса птицы с красным соусом № 331 (50/40)	90	9,18	10,70	11,30	179,80
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль йодированная	1				
ИТОГО		740	21,57	23,29	97,88	711,26

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	200	6,08	9,8	31,32	237,5
382	Какао с молоком	200	6,6	1,3	19	94,8
б/н	батон нарезной	30	2,25	0,84	15,51	85,8
15	сыр	20	4,64	5,9		72
б/н	Фруктовое пюре	90			8,1	32,4
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		540	19,57	17,84	73,93	522,5

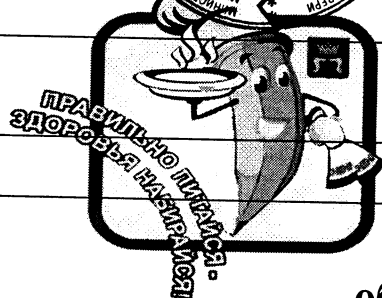
Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор _____ 	«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ 
--	--

Меню (3 день)



на 15 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,30	4,20	9,60	113,80
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/30)	90	14,10	13,60	13,20	231,70
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,80
389	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,2	76,3
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	соль йодированная	1				
ИТОГО		730	28,95	26,46	101	790,6

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Огурец свежий или соленый	20	0,14	0,017	0,3	2,4
259	Жаркое по-домашнему (свинина нежирных сортов)	250	17,6	42,1	23,6	547,1
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	19,24	42,6	38,7	620,1

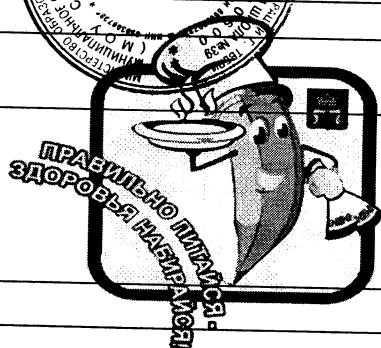
Стоимость питания: меню обед 1-4 кл – 79,00 руб., меню завтрак 1-4 кл – 79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор 	«УТВЕРЖДАЮ» Директор 
--	--

Меню (4день)



на 16 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,40	75,06
99	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,05	9,9	12,6	163,24
265	Плов из свинины	200	16,90	37,56	34,48	544,00
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб ржаной	40	2,80	0,94	15,60	84,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Соль йодированная	1				
ИТОГО		700	31,31	54,76	101,8	1016,4

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

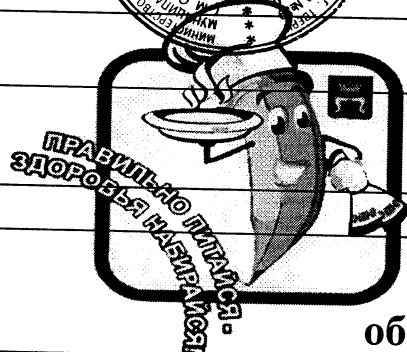
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223/219	Запеканка творожная или сырники со сгущенным молоком	200	18,9	12,9	59,7	430,5
		30	2,04	2,25	15,15	88,92
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
	Фруктовое пюре	90			8,1	32,4
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	26,84	16,35	100,1	637,12

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл – 79,00 руб., меню завтрак 1-4 кл – 79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВАНО» Директор _____ Для документов	«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ Лавренова С.Е.
---	---



Меню (5 день)

на 17 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,70	0,06	6,90	49,02
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,88	5,10	8,70	121,25
234	Котлета или биточек рыбные	50	6,59	4,95	8,50	105,80
333	Соус сметанный с томатом и луком	40	1,44	5,42	4,96	73,20
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,80	20,44	137,25
389	Сок фруктовый (для детского питания) в ассортименте	180	0,9	0	18,2	76,3
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	0,90	0,30	5,20	28,00
б/н	Хлеб ржаной	20	1,58	0,20	9,66	46,76
б/н	Печенье	20	1,50	1,90	14,88	85,80
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		740	19,56	22,73	97,44	723,38

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
212	Омлет с вареной колбасой (для детского питания)	200	13,9	28,6	2,7	319,2
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	18,55	31,88	31,06	483,14

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВАНО» Директор		«УТВЕРЖДАЮ» Директор
---------------------------	--	-------------------------



Меню (бдень)



на 20 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся я 1-4-х классов

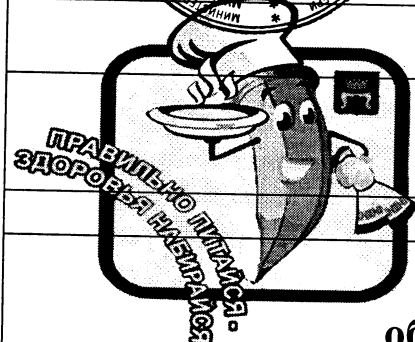
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,80	3,00	4,80	50,10
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,30	4,20	9,60	113,80
	Сосиска отварная	90	9,90	21,51	0,34	234,50
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		730	21,81	34,51	87	768,13

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
398	Блинчики с фруктовой начинкой с соусом из свежемороженых ягод 180/30	210	5,9	8,09	121,3	558,7
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Фрукты	100	0,36	0,36	8,8	42,3
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	6,36	8,47	137,1	629,6

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.
 Основание: Контракт (договор) - г. Тверь
 Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор _____ Для документов	«УТВЕРЖДАЮ» Директор _____ «Тверской комитет школьного и детского питания» Лавренова С.Е.
--	--

	Меню (7день) на 21 октября 2025 года. Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов
--	---

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,10	5,10	39,90
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,25	4,2	8,73	117,5
290	Птица тушеная с соусом № 331 (60/30)	90	10,50	10,50	3,20	149,40
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,80
348	Компот из кураги	180	0,70	0,04	24,90	103,32
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		740	26,34	22,24	103,9	766,06

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

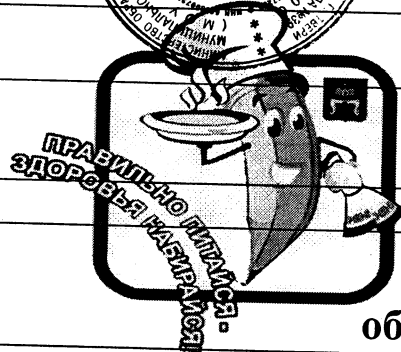
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
173	Каша вязкая молочная пшенная с маслом сливочным	250	9,1	5,4	47,8	276,2
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
б/н	Батон нарезной	30	2,25	0,84	15,51	85,8
	Фруктовое пюре	90			8,1	32,4
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		550	17,25	7,44	88,51	479,7

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор  Документов		«УТВЕРЖДАЮ» Директор  Лавренова С.Е.
--	--	--



Меню (8день)

на 22 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
99	Суп овощной на мясном бульоне	200	2,07	4,99	7,30	82,20
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,70	18,90	437,70
389	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,2	76,3
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		700	20,74	41,9	71,61	744,58

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
174	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	6	10,85	42,95	294
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
209	Яйцо отварное	40	4,76	4,04	0,24	56,56
б/н	батон нарезной	30	2,25	0,84	15,51	85,8
15	сыр	20	4,64	5,9		72
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	18,68	21,95	73,8	565,86

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор _____

Для документов

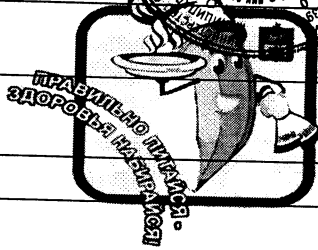


«УТВЕРЖДАЮ»

Директор _____

Лавренова С.Е.





Меню (9 день)

на 23 октября 2025 года.

Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	60	0,98	2,50	4,40	47,94
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,10	4,12	6,32	99,80
297	Фрикадельки из мяса птицы с соусом № 329 (50/40)	90	8,65	12,50	8,72	191,85
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70
348	Компот из изюма	200	0,35	0,08	29,85	122,20
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		750	18,71	25,24	103,4	760,25

Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223/219	Запеканка творожная или сырники со сгущенным молоком	200	18,9	12,9	59,7	430,5
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		510	24,19	17,96	95,41	641,36

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45

«Согласовываю»

Директор

10.10.2025

ДОКУМЕНТОВ

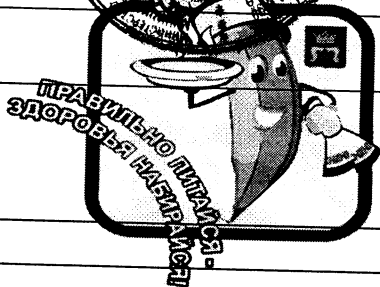
«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

Лавренова С.Е.

«Тверской комбинат
школьного
и детского питания»
ОАО

Для документов
Россия г. Тверь



Меню (10 день)

на 24 октября 2025 года.

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
96	Рассольник по -Ленинградски на мясном бульоне	200	2,64	4,48	9,80	120,30
278.2	Тефтели из мяса свинины с соусом № 332 (50/40)	90	15,69	15,08	14,65	257,40
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		740	27,71	27,43	103,2	797,67

Меню завтраков для обучающихся я 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
243	Сосиски отварные для детского питания	100	10,4	23,9	0,4	260,5
202 (309)	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,5	26,4	168,4
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
б/н	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5
	Хлеб ржаной	35	1,6	0,5	9,1	49
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	18,7	34	53,3	589,9

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –79,00руб., меню завтрак 1-4 кл –79,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45