

«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг» Лавренова С.Е.



Меню (7день)

на 9 января 2024 года.

### Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

No non	П-1/2	Macca	Пищев	ые вещес	тва (г.)	Энергетическая
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	/111
290 331	Птица тушеная с соусом (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	145,8
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батоп)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/п	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:		720	25,84	21,76	115,6	761,38

# Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес		
<b>№</b> рецептуры			Б	ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
281	Биточки паровые с соусом 60/40	100	9,2	7,8	7,6	137,5
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,12	0,02	10,2	30,3
б/н	Хлеб обогащённый микропутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
б/н	Вафли	20	0,56	4,9	10,2	106,4
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	15,84	18,21	77,34	544,2

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



документов

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Аутсорсинг»
«АУТСОРСИНГ» б



## Меню (8день)

на 10 января 2024 года.

### Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

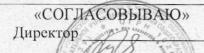
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищен	вые вещес	тва (г.)	Энергетическая
My pen.	присм пищи, паименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
48	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,49	3,66	3,15	47,64
99	Суп овощной на курином бульоне	200	1,44	4,21	8,55	84,68
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7
342	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,15	0,15	27,8	114,6
б/н	Сушка	20	2,14	0,34	14,24	52,2
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:	一种一种大大型工作的工作。 有一种的人的工程工作	710	19,67	42,53	80,44	778,82

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищ	евые веш (г.)	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
212	Омлет с вареной колбасой	180	12,5	25,22	2,43	338,2
379	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	11,95	83,26
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	17,5	28,79	31,98	510,46

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

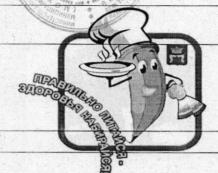
Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



документов

ченной от «УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

СОРСИНЫ Лавренова С.Е.



## Меню (9день)

на 11 января 2024 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

		Macca	Пище	евые веще	ства (г.)	Энергетическая	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1	
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	
297 329	Фрикадельки из мяса птицы с соусом (60/40)	100	9,6	12,42	9,66	189,96	
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	
	Соль йодированная	1				100	
итого:	THE PROPERTY OF THE PARTY OF TH	720	18,59	25,68	107,8	723,68	

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

N₂	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры		порции (г)	Б	ж	y	ценность (ккал)
219	G	170	21,3	18,8	17,36	323
327	Сырники с молочным соусом 120/50	170	0,8	2,1	6,5	50,6
378	Чай с сахаром и молоком	200	0,13	1,35	15,9	81
б/н	Фруктовое пюре	90	0,2	0,3	8,1	32,4
б/н	Пряники	40	0,84	0,8	8,5	68,68
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	23,27	23,35	56,36	555,68

**Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб.**, меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



Директор

утверждаю» Директор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.



# Меню (10 день)

на 12 января 2024 года.

## Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

			Пище	евые вещест	ва (г.)		
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса	Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)	
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,07	3,1	6,6	54,06	
96	Рассольник по - Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4	
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	
	Соль йодированная	1					
итого:		710	25,12	27,51	90,2	738,85	

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

No	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевь	не вещес	Энергетическая	
рецептуры			Б	ж	y	ценность (ккал)
234	Котлета рыбная	90	11,86	8,91	15,3	190,44
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Вафли	40	1,12	9,8	20,4	185,5
. б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
	итого:	511	17,54	24	70,94	583,79

**Стоимость питания: меню обед 1-4** кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.



## Меню (1день)

на 15 января 2024 года.

## Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

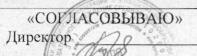
		Масса порции	Пищев	ые вещест	ва (г.)	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда		Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29
255	Печень по-строгановски (60/30)	90	14,04	10,2	3,2	139,9
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого	PROMEDITOR OF THE PARTY OF THE PARTY.	740	26,94	21,75	104,1	729,69

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры			Б	Ж	y	ценность (ккал)
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,87
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
6	Бутерброд с колбасой полукопченой 30/20	50	5,25	8,84	15,57	170,4
б/н	Вафли	30	0,84	7,36	15,3	139,16
	Соль йодированная	1 - 1 -				
	итого:	510	19,59	29,65	87,12	691,73

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



утверждаю» Директор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.

## Меню (2день)



на 16 января 2024 года.

### Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	тва (г.)	Энергетическая ценность (ккал)
ма рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	y	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8
294 331	Котлета рубленная из мяса птицы с красным соусом (60/40)	100	10,2	11,92	12,6	199,8
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/п	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого		740	22,64	24,53	110,1	739,03

#### Меню

### завтраков для обучающихся 1-4-х классов

No	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры		порции (г)	Б	ж	<b>y</b>	ценность (ккал)
401	Оладьи	200	10,82	11,23	87,94	493
C I	с повидлом 150/50	200	0,25		35,8	144,2
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3
б/п	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1 1				
	итого:	500	12,64	16,75	150,2	794

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ОО «Аутсорсинг» Навренова С.Е.



# Меню (Здень)

на 17 января 2024 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

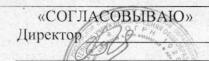
		Масса порции	Пищев	ые вещес	2	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда		Б	ж	<b>y</b>	Энергетическая ценность (ккал)
48	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,49	3,66	3,15	47,64
103	Суп картофельный с вермишелью на курином б-не	200	2,15	2,27	13,06	94,6
256	Мясо тушеное (свинина 60/30)	90	9,5	25,4	2,3	274,5
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/п	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	соль йодированная	1				
итого		710	22,28	38,03	90,05	805,68

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

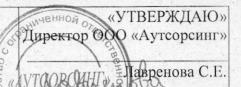
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
		порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
259	Жаркое по-домашнему с мясом Свинина	200	14,05	33,7	18,9	437,7
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
б/н	Хлеб обогащённый микропутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	ИТОГО:	510	19,61	36,63	52,12	619,94

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



документов



## Меню (4день)



на 18 января 2024 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

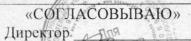
We now	H2	Macca	Пищев	ые вещест	ва (г.)	Энергетическая
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,34	8,91	8,85	163,08
291	Плов из мяса птицы	200	16,9	10,5	35,7	305,3
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,25	18,7	79,38
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого		700	31,45	26,45	89,94	734,96

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
223	Запеканка творожная с повидлом или джемом 200/30	200	18,9	12,9	59,7	430,5
			0,15		21,48	86,52
376	Чай с сахаром	180	0,1	0,02	6,3	25,78
338	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				1
	итого:	510	19,55	13,32	97,28	589,8

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.



## Меню (5день)

на 19 января 2024 года.

### Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

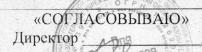
We now	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	Энергетическая	
№ рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
84	Борщ с картофелем и фасолью на	200	6,38	4,38	11,39	119,2
234	Котлета или биточек рыбные с соусом	100	6,59	4,95	8,5	105,8
329	(50/50)	100	1,8	5,65	6,2	82,95
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,8	20,44	137,25
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/п	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированиая	1				
итого:	一种设计的特殊的第三人称形式的特殊的	740	22,5	20,85	111,6	705,98

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

No	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевы	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры			Б	ж	ý	ценность (ккал)
202	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,52	4,52	26,54	168,45
278(1)	Тефтели мясные 60/30	90	12,7	9,29	12,17	183,72
377	Чай с лимоном и сахаром 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
	итого:	555	20,14	14,7	65,49	468,47

**Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб.**, меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг» ТООРСИНГ» Навренова С.Е.



## Меню (бдень)

на 22 января 2024 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

No non	<b>U</b> -18	Macca	Пищен	вые вещес	тва (г.)	Энергетическая ценность (ккал)
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	
б/н	Кабачковая икра	60	0,6	2,9	3,2	41,6
96	Рассольник по-Ленинградски на кур. бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8
	Сосиска отварная	90	9,9	21,51	0,34	234,5
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
346	Компот из свежих плодов (мандарины, апельсины)	200	0,44	0,1	33,88	141,2
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
итого:	THE REPORT OF THE PARTY OF THE	720	19,66	33,53	78,67	727,55

### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	У	ценность (ккал)
398	Блинчики с фруктовой начинкой	150	4,6	6,48	52,56	316,3
327	с соусом (120/30)		0,1	1,3	3,9	30,4
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,7
338	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	11,8	9,68	90,16	511,9

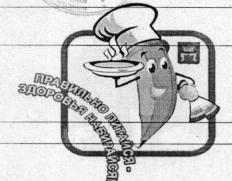
**Стоимость питания: меню обед 1-4 кл –68.26 руб.**, меню завтрак 1-4 кл –68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



"УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

Ј**Е**вренова С.Е.



# Меню (7день)

на 23 января 2024 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

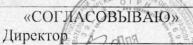
No nou	Пачка	Macca	Пищев	ые вещес	тва (г.)	Энергетическая
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111
290 331	Птица тушеная с соусом (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	145,8
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
349	Комнот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батоп)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/п	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:	The state of the s	720	25,84	21,76	115,6	761,38

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес		
<b>№</b> рецептуры			Б.	ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
281	Биточки паровые с соусом 60/40	100	9,2	7,8	7,6	137,5
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,12	0,02	10,2	30,3
б/н	Хлеб обогащённый микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
б/н	Вафли	20	0,56	4,9	10,2	106,4
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	15,84	18,21	77,34	544,2

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



«УТВЕРЖДАЮ» Лиректор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.



## Меню (8день)

на 24 января 2024 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём прими наменаровния блюта	Macca	Пищев	ые вещес	тва (г.)	Энергетическая
ж рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)
48	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,49	3,66	3,15	47,64
99	Суп овощной на курином бульоне	200	1,44	4,21	8,55	84,68
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7
342	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,15	0,15	27,8	114,6
б/н	Сушка	20	2,14	0,34	14,24	52,2
б/п	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:		710	19,67	42,53	80,44	778,82

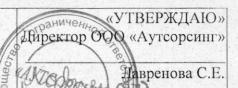
#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

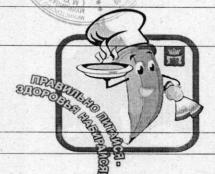
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищ	евые веш (г.)	Энергетическая	
			Б	Ж	У	ценность (ккал)
212	Омлет с вареной колбасой	180	12,5	25,22	2,43	338,2
379	Кофейный папиток	200	3,2	2,7	11,95	83,26
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	17,5	28,79	31,98	510,46

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь







## Меню (9день)

на 25 января 2024 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

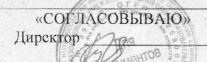
		Macca	Пище	вые веще	Энергетическая	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	y	ценность (ккал)
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8
297 329	Фрикадельки из мяса птицы с соусом (60/40)	100	9,6	12,42	9,66	189,96
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:		720	18,59	25,68	107,8	723,68

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры		Macca	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)
219	Сырники с молочным соусом 120/50	170	21,3	18,8	17,36	323
327		170	0,8	2,1	6,5	50,6
378	Чай с сахаром и молоком	200	0,13	1,35	15,9	81
б/н	Фруктовое пюре	90	0,2	0,3	8,1	32,4
б/н	Пряники	40	0,84	0,8	8,5	68,68
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	23,27	23,35	56,36	555,68

**Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб.**, меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



"мченно «УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг» Дивренова С.Е.



Меню (10 день)

на 26 января 2024 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда  Салат из белокочанной капусты с яблоком		Пище	евые вещест		
№ рец.		Масса	Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)
46		60	0,07	0,07 3,1	6,6	54,06
96	Рассольник по - Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:	<b>以外,这个人的一个人</b>	710	25,12	27,51	90,2	738,85

#### Меню

### завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищеві	ые вещес	3wanrazuwawaa	
рецептуры		порции (г)	Б	ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
234	Котлета рыбная	90	11,86	8,91	15,3	190,44
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Вафли	40	1,12	9,8	20,4	185,5
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
	итого:	511	17,54	24	70,94	583,79

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.



## Меню (1день)

на 29 января 2024 года.

## Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда		Пищев	ые вещест	NET 14	
№ рец.		Масса порции	Б	ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29
255	Печень по-строгановски (60/30)	90	14,04	10,2	3,2	139,9
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого	TORGER LANGE SHOULD SHOW	740	26,94	21,75	104,1	729,69

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
		порции	Б	ж	y	ценность (ккал)
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,87
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
6	Бутерброд с колбасой полукопченой 30/20	50	5,25	8,84	15,57	170,4
б/н	Вафли	30	0,84	7,36	15,3	139,16
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	19,59	29,65	87,12	691,73

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



Директор

«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.

## Меню (2день)



на 30 января 2024 года.

### Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

Mr marr	H-12	Macca	Пище	вые вещес	Энергетическая	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	y	ценность (ккал)
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8
294 331	Котлета рубленная из мяса птицы с красным соусом (60/40)	100	10,2	11,92	12,6	199,8
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/п	Хлеб пшеничный (батоп)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/п	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1	Cappy E. S.			
итого		740	22,64	24,53	110,1	739,03

#### Меню

#### завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
		(г)	Б	ж	У	ценность (ккал)
401	Оладьи	200	10,82	11,23	87,94	493
	с повидлом 150/50		0,25		35,8	144,2
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3
б/н	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				4
	итого:	500	12,64	16,75	150,2	794

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь



TOKYMEHTOB

«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

Навренова С.Е.



## Меню (Здень)

на 31 января 2024 года.

### Меню

### обедов для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	ые вещес		
№ рец.			Б	ж	<b>y</b>	Энергетическая ценность (ккал)
48	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,49	3,66	3,15	47,64
103	Суп картофельный с вермишелью на курином б-не	200	2,15	2,27	13,06	94,6
256	Мясо тушеное (свинина 60/30)	90	9,5	25,4	2,3	274,5
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	соль йодированная	1			5.0	
итого	DE LOS LOS DESIGNAS	710	22,28	38,03	90,05	805,68

### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры		Macca	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
	Приём пищи, наименование блюда	порции (г)	Б	ж	У	ценность (ккал)
259	Жаркое по-домашнему с мясом Свинина	200	14,05	33,7	18,9	437,7
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
б/н	Хлеб обогащённый микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	19,61	36,63	52,12	619,94

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл -68.26 руб., меню завтрак 1-4 кл -68.26 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь