

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Москвитина М. С.

МЕНЮ на 05.05.2025 г

2-разовое питание

День 6

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	КК.
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	40		7,49	4,36	22,89	136,0
182	Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес"	250		14,66	8,82	48,76	339,7
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,8
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			22,47	15,61	86,24	607,7
Обед							
70	Салат из вареной свеклы с маслом	60		0,06	0,48	1,02	6,00
106	Суп картофельный с рыбой	250		4,22	1,76	12,32	184,8
294	Котлеты рубленые из птицы с соусом	100		8,68	7,96	8,29	165,6
302	Каша перловая рассыпчатая	180		6,45	11,33	40,11	299,5
345	Компот из ягод	200		0,18	0,52	28,86	132,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			20,11	25,54	91,71	914,0
	Итого за день:		184,00 руб.	42,58	41,15	177,95	1542,7

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного цикличного меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 06.05.2025 г

2-разовое питание

День 7

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
2	Бутерброды с джемом или повидлом	50		7,49	4,36	22,89	136,0
182	Каша жидкая молочная рисовая	250		13,74	6,64	55,46	369,9
379	Кофейный напиток с молоком	200		2,68	3,16	17,94	100,6
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:			17,12	12,57	83,83	682,6
Обед							
131	Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом)	60		1,06	0,93	1,72	35,06
82	Борщ с капустой и картофелем	250		3,94	1,44	7,74	203,0
255	Печень по-строгановски (50/50)	100		12,83	14,26	10,72	235,0
309	Макаронные изделия отварные	180		4,51	5,52	32,44	186,0
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,8
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:			22,94	26,30	85,75	937,9
	Итого за день:		184,00 руб.	40,06	38,87	169,58	1620,6

Директор:



Локтионова Е.И

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 07.05.2025 г

2-разовое питание

День 8

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККл
Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	40		7,49	4,36	22,89	136,0
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250		9,80	12,26	53,06	299,6
377	Чай с лимоном	200		0,02	0,12	13,70	55,8
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			17,61	19,11	90,28	567,6
Обед							
45	Салат из свежей капусты с морковью	60		3,64	0,57	1,83	42,3
96	Рассольник ленинградский	250		2,08	3,62	19,58	185,8
263	Рагу из свинины	250		21,76	14,34	38,66	482,0
350	Кисель из плодов или ягод	200		0,04	0,08	23,04	151,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			28,04	22,10	84,22	967,1
	Итого за день:		184,00 руб.	45,65	41,21	174,50	1555,1

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 12.05.2025 г

2-разовое питание

День 1

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
2	Бутерброды с джемом или повидлом	50		7,49	4,36	22,89	136,0
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250		9,74	5,56	28,50	258,2
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,8
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			17,55	12,35	65,98	526,1
Обед							
52	Салат из свеклы отварной	60		3,61	0,85	4,96	55,6
104	Суп картофельный с рисом	250		4,22	1,76	12,32	135,4
271	Котлеты домашние с соусом	100		6,49	6,32	6,58	121,1
302	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	8,33	22,11	209,5
389	Соки фруктовые	200		0,00	8,00	64,00	250,0
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			22,79	28,75	111,08	997,9
	Итого за день:		184,00 руб	40,34	41,10	177,06	1524,0

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 13.05.2025 г **2-разовое питание**

День 2

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККл
Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	40		0,4	0,4	9,8	136
175	Каша вязкая молочная пшеничная	250		10,06	7,86	49,36	292,1
382	Какао с молоком	200		3,54	4,08	17,58	118,6
ПР	Хлеб пшеничный	50		0,3	2,37	0,63	88,1
	Итого:			14,30	14,71	77,37	522,8
Обед							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60		4,43	1,05	4,88	79,7
82	Борщ с капустой и картофелем	250		3,94	1,44	7,74	293,0
288	Птица тушеная с соусом	100		12,41	12,13	16,40	210,0
309	Макаронные изделия отварные	180		4,51	5,52	32,44	213,0
349	Компот смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,8
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			25,89	24,29	94,59	1084,0
	Итого за день:		184,00 руб.	40,19	39,00	171,96	1607,0

Директор:



Локтионова Е.И

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 14.05.25 г

2-разовое питание

День 3

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	40		8,30	5,80	14,83	136,0
182	Каша жидкая молочная пшенная	250		12,66	8,82	51,16	255,4
377	Чай с лимоном	200		0,02	0,12	13,70	55,8
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			21,28	17,11	80,32	524,4
Обед							
45	Винегрет овощной	60		0,12	0,66	2,28	79,6
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		3,48	3,16	23,96	184,6
ТТК	Каша перловая разварная с мясом и морковью	250		8,43	7,82	10,06	397,8
348	Компот из изюма	200		0,02	0,32	28,84	158,0
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			19,53	21,84	87,58	976,0
	Итого за день:		184,00 руб.	40,81	38,95	167,90	1569,0

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 15.05.2025 г 2-разовое питание

День 4

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
2	Бутерброды с джемом или повидлом	50		0,4	0,4	9,8	136,0
449	Макароны запеченные с яйцом и овощами	250		11,84	12,49	39,25	273,4
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,82
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:			19,65	19,28	76,73	560,1
Обед							
45	Салат из белокочанной капусты	60		0,74	0,86	1,64	35,70
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250		4,76	1,42	7,72	271,8
299	Биточки из птицы с соусом	100		9,12	10,05	12,20	197,1
305	Рис припущенный	180		5,80	5,52	48,52	217,9
342	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	27,88	154,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			21,10	21,50	99,07	906,0
	Итого за день:		184,00 руб.	40,75	40,78	175,80	1566,0

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 16.05.2025 г

2-разовое питание

День 5

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
338	Плоды или ягоды свежие	100		3,87	2,40	27,83	87,00
120	Суп молочный с макаронными изделиями	250		4,60	5,98	22,36	278,00
378	Чай с молоком	200		1,26	1,42	14,80	75,30
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,10
	Итого:			10,03	12,17	65,62	516,40
Обед							
ПР	Икра кабачковая (пром производства)	60		4,50	1,50	5,35	71,00
102	Суп картофельный с бобовыми	250		5,02	5,40	23,22	198,00
ТТК	Гречка разварная с фаршем и морковью	250		20,40	16,36	43,38	458,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,80
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,10
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,90
	Итого:			30,52	27,41	105,08	1006,80
	Итого за день:		184,00 руб.	40,55	39,58	170,70	1533,20

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 19.05.2025 г

2-разовое питание

День 6

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	40		7,49	4,36	22,89	136,0
182	Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес"	250		14,66	8,82	48,76	339,7
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,82
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:			22,47	15,61	86,24	607,7
Обед							
70	Салат из вареной свеклы с маслом	60		0,06	0,48	1,02	6,00
106	Суп картофельный с рыбой	250		4,22	1,76	12,32	184,8
294	Котлеты рубленые из птицы с соусом	100		8,68	7,96	8,29	165,6
302	Каша перловая рассыпчатая	180		6,45	11,33	40,11	299,5
345	Компот из ягод	200		0,18	0,52	28,86	132,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			20,11	25,54	91,71	914,6
	Итого за день:		184,00 руб.	42,58	41,15	177,95	1542,0

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 20.05.2025 г

2-разовое питание

День 7

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
2	Бутерброды с джемом или повидлом	50		7,49	4,36	22,89	136,01
182	Каша жидкая молочная рисовая	250		13,74	6,64	55,46	369,91
379	Кофейный напиток с молоком	200		2,68	3,16	17,94	100,61
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:			17,12	12,57	83,83	682,61
Обед							
131	Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом)	60		1,06	0,93	1,72	35,01
82	Борщ с капустой и картофелем	250		3,94	1,44	7,74	203,01
255	Печень по-строгановски (50/50)	100		12,83	14,26	10,72	235,01
309	Макаронные изделия отварные	180		4,51	5,52	32,44	186,01
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,81
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,91
	Итого:			22,94	26,30	85,75	937,91
	Итого за день:		184,00 руб.	40,06	38,87	169,58	1620,11

Директор:



Локтионова Е.И

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного цикличного меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 21.05.2025 г

2-разовое питание

День 8

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККл
Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	40		7,49	4,36	22,89	136,0
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250		9,80	12,26	53,06	299,6
377	Чай с лимоном	200		0,02	0,12	13,70	55,8
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			17,61	19,11	90,28	567,6
Обед							
45	Салат из свежей капусты с морковью	60		3,64	0,57	1,83	42,3
96	Рассольник ленинградский	250		2,08	3,62	19,58	185,8
263	Рагу из свинины	250		21,76	14,34	38,66	482,0
350	Кисель из плодов или ягод	200		0,04	0,08	23,04	151,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			28,04	22,10	84,22	967,8
	Итого за день:		184,00 руб.	45,65	41,21	174,50	1555,

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

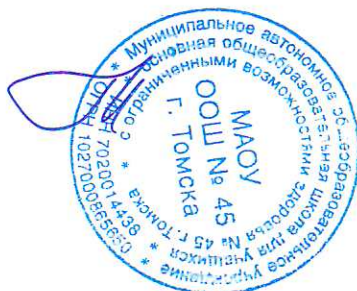
МЕНЮ на 22.05.2025 г

2-разовое питание

День 9

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККл
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	40		9,00	7,02	24,30	136,0
204	Макароны отварные с сыром	250		14,94	11,95	42,09	373,4
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,8
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			24,26	21,40	80,98	641,4
Обед							
55	Салат из свеклы с огурцами солеными	60		3,62	0,85	4,97	63,0
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250		4,76	1,42	7,72	171,8
234	Котлеты или биточки рыбные с соусом	100		5,56	4,84	9,03	164,2
312	Пюре картофельное	180		6,30	3,06	24,94	165,7
389	Соки фруктовые или ягодные	200		0,00	8,00	64,00	250,0
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			20,76	21,66	111,77	940,1
	Итого за день:		184,00 руб.	45,02	43,06	192,75	1582,1

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 23.05.2025 г

2-разовое питание

День 10

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККл
Завтрак							
338	Плоды или ягода свежие	100		0,4	0,4	9,8	67,0
210	Омлет натуральный с брокколи и морковью	170		16,26	11,15	12,91	289,6
378	Чай с молоком	200		1,26	1,42	14,80	75,3
ПР	Хлеб пшеничный	50		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			25,31	19,30	51,23	508,1
Обед							
ПР	Икра кабачковая (пром производства)	60		4,50	1,50	5,35	85,2
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		3,68	2,84	25,04	135,4
291	Плов из птицы	250		6,46	12,94	57,74	431,5
941	Напиток из плодов шиповника	200		0,16	0,16	27,88	154,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			15,32	20,93	117,12	1032,0
	Итого за день:		184,00 руб.	40,63	40,23	168,35	1540,0

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 26.05.2025 г

2-разовое питание

День 1

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККл
Завтрак							
2	Бутерброды с джемом или повидлом	50		7,49	4,36	22,89	136,0
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250		9,74	5,56	28,50	258,2
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,8
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,1
	Итого:			17,55	12,35	65,98	526,1
Обед							
52	Салат из свеклы отварной	60		3,61	0,85	4,96	55,6
104	Суп картофельный с рисом	250		4,22	1,76	12,32	135,4
271	Котлеты домашние с соусом	100		6,49	6,32	6,58	121,1
302	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	8,33	22,11	209,5
389	Соки фруктовые	200		0,00	8,00	64,00	250,0
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			22,79	28,75	111,08	997,9
	Итого за день:		184,00 руб	40,34	41,10	177,06	1524,1

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

д.64/1 Составлено на основании утвержденного циклического меню ИП Московкина М. С.

МЕНЮ на 27.05.2025 г

2-разовое питание

День 2

№ реп.	Наименование блюда	Дети 12лет и старше		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККJ
Завтрак							
з	Бутерброд с сыром	40		0,4	0,4	9,8	136
175	Каша вязкая молочная пшеничная	250		10,06	7,86	49,36	292,1
382	Какао с молоком	200		3,54	4,08	17,58	118,0
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,3	2,37	0,63	88,1
	Итого:			14,30	14,71	77,37	522,8
Обед							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60		4,43	1,05	4,88	79,7
82	Борщ с капустой и картофелем	250		3,94	1,44	7,74	293,0
288	Птица тушеная с соусом	100		12,41	12,13	16,40	210,0
309	Макаронные изделия отварные	180		4,51	5,52	32,44	213,0
349	Компот смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,8
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,1
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	25		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:			25,89	24,29	94,59	1084,
	Итого за день:		184,00 руб.	40,19	39,00	171,96	1607,

Директор:



Локтионова Е.И