

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 05.05.2025 г

2-разовое питание

День 6

№ реп.	Наименование блюда	Дети 7–11 лет		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	136,00
182	Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес"	230		14,66	8,82	48,76	339,70
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,82
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	500		22,47	15,61	86,24	607,74
Обед							
70	Салат из вареной свеклы с маслом	60		0,06	0,48	1,02	6,00
106	Суп картофельный с рыбой	200		4,22	1,76	12,32	84,80
294	Котлеты рубленые из птицы с соусом	90		8,68	7,96	8,29	165,60
302	Каша перловая рассыпчатая	150		6,45	11,33	40,11	299,50
345	Компот из ягод	200		0,18	0,52	28,86	132,60
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	750		20,11	25,54	91,71	814,60
	Итого за день:		168,00 руб	42,58	41,15	177,95	1442,40

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 06.05.2025 г

2-разовое питание

День 7

№ реп.	Наименование блюда	Дети 7–11 лет		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	136,00
182	Каша жидкая молочная рисовая	230		13,74	6,64	55,46	369,90
379	Кофейный напиток с молоком	200		2,68	3,16	17,94	100,60
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	510		17,12	12,57	83,83	682,64
Обед							
131	Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом)	60		1,06	0,93	1,72	39,43
82	Борщ с капустой и картофелем	200		3,94	1,44	7,74	103,00
255	Печень по-строгановски (50/50)	100		12,83	14,26	10,72	235,00
309	Макаронные изделия отварные	150		4,51	5,52	32,44	186,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,80
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	760		22,94	26,30	85,75	842,30
	Итого за день:		168,00 руб	40,06	38,87	169,58	1524,94

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 7–11 лет		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	136,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	230		9,80	12,26	53,06	299,62
377	Чай с лимоном	200		0,02	0,12	13,70	55,86
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	500		17,61	19,11	90,28	567,62
Обед							
45	Салат из свежей капусты с морковью	60		3,64	0,57	1,83	42,36
96	Рассольник ленинградский	200		2,08	3,62	19,58	85,80
263	Рагу из свинины	200		21,76	14,34	38,66	432,00
350	Кисель из плодов или ягод	200		0,04	0,08	23,04	151,60
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	710		28,04	22,10	84,22	837,88
	Итого за день:		168,00 руб	45,65	41,21	174,50	1405,40

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 7–11 лет		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	136,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	230		9,74	5,56	28,50	258,22
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,82
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	510		17,55	12,35	65,98	526,18
Обед							
52	Салат из свеклы отварной	60		3,61	0,85	4,96	55,68
104	Суп картофельный с рисом	200		4,22	1,76	12,32	135,40
271	Котлеты домашние с соусом	90		6,49	6,32	6,58	121,18
302	Каша гречневая рассыпчатая	150		7,95	8,33	22,11	209,57
389	Соки фруктовые	200		0,00	8,00	64,00	250,00
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	750		22,79	28,75	111,08	897,90
	Итого за день:		168,00 руб	40,34	41,10	177,06	1424,10

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 7–11 лет		Пищевая и энергетическая ценность(г/ккл)			
		Выход порции/гр	Цена	Ж	Б	У	ККЛ
Завтрак							
з	Бутерброд с сыром	40		0,4	0,4	9,8	136
175	Каша вязкая молочная пшеничная	230		10,06	7,86	49,36	292,15
382	Какао с молоком	200		3,54	4,08	17,58	118,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,3	2,37	0,63	88,14
	Итого:	500		14,30	14,71	77,37	622,89
Обед							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60		4,43	1,05	4,88	79,70
82	Борщ с капустой и картофелем	200		3,94	1,44	7,74	203,00
288	Птица тушеная с соусом	90		12,41	12,13	16,40	213,70
309	Макаронные изделия отварные	150		4,51	5,52	32,44	213,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,80
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	750		25,89	24,29	94,59	988,20
	Итого за день:		168,00 руб	40,19	39,00	171,96	1611,10

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 7–11 лет		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	136,00
182	Каша жидкая молочная пшенная	230		12,66	8,82	51,16	255,46
377	Чай с лимоном	200		0,02	0,12	13,70	55,86
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	500		21,28	17,11	80,32	523,40
Обед							
45	Винегрет овощной	60		0,12	0,66	2,28	79,60
103	Суп картофельный с макаронами	200		3,48	3,16	23,96	194,60
ТТК	Каша перловая разварная с мясом и морковью	200		8,43	7,82	10,06	347,80
348	Компот из изюма	200		0,02	0,32	28,84	158,00
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,90
	Итого:	710		19,53	21,84	87,58	906,00
	Итого за день:		168,00 руб	40,81	38,95	167,90	1429,00

Директор:



Локтионова Е.И.

МАОУ ООШ №45 г. Томск
д.64/1 Составлено на основании утвержденного цикличного меню ИП Московкина М. С.

Иркутский тракт 140/1; ул. Войкова

МЕНЮ на 15.05.2025 г 2-разовое питание

День 4

№ реп.	Наименование блюда	Дети 7–11 лет		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	136,00
449	Макароны запеченные с яйцом и овощами	220		11,84	12,49	39,25	273,46
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,82
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	500		19,65	19,28	76,73	541,41
Обед							
45	Салат из белокочанной капусты	60		0,74	0,86	1,64	38,46
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200		4,76	1,42	7,72	171,8
299	Биточки из птицы с соусом	90		9,12	10,05	12,20	197,1
305	Рис припущенный	150		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	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:	750		21,10	21,50	99,07	906,0
	Итого за день:		168,00 руб	40,75	40,78	175,80	1447,0

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 7–11 лет		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	47,00
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200		4,60	5,98	22,36	278,00
378	Чай с молоком	200		1,26	1,42	14,80	105,34
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	530		10,03	12,17	65,62	506,44
Обед							
ПР	Икра кабачковая (пром производства)	60		4,50	1,50	5,35	85,20
102	Суп картофельный с бобовыми	200		5,02	5,40	23,22	158,60
ТТК	Гречка разварная с фаршем и морковью	200		20,40	16,36	43,38	408,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,80
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,90
	Итого:	710		30,52	27,41	105,08	930,74
	Итого за день:		168,00 руб	40,55	39,58	170,70	1437,74

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 7–11 лет		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	136,00
182	Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес"	230		14,66	8,82	48,76	339,70
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,82
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	500		22,47	15,61	86,24	607,74
Обед							
70	Салат из вареной свеклы с маслом	60		0,06	0,48	1,02	6,00
106	Суп картофельный с рыбой	200		4,22	1,76	12,32	84,80
294	Котлеты рубленые из птицы с соусом	90		8,68	7,96	8,29	165,60
302	Каша перловая рассыпчатая	150		6,45	11,33	40,11	299,50
345	Компот из ягод	200		0,18	0,52	28,86	132,60
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,90
	Итого:	750		20,11	25,54	91,71	814,60
	Итого за день:		168,00 руб	42,58	41,15	177,95	1442,34

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 7–11 лет		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	136,00
182	Каша жидкая молочная рисовая	230		13,74	6,64	55,46	369,90
379	Кофейный напиток с молоком	200		2,68	3,16	17,94	100,60
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	510		17,12	12,57	83,83	682,64
Обед							
131	Горошек зеленый консервированный отварной (с маслом)	60		1,06	0,93	1,72	39,43
82	Борщ с капустой и картофелем	200		3,94	1,44	7,74	103,00
255	Печень по-строгановски (50/50)	100		12,83	14,26	10,72	235,00
309	Макаронные изделия отварные	150		4,51	5,52	32,44	186,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,80
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,90
	Итого:	760		22,94	26,30	85,75	842,30
	Итого за день:		168,00 руб	40,06	38,87	169,58	1524,00

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 7–11 лет		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	136,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	230		9,80	12,26	53,06	299,62
377	Чай с лимоном	200		0,02	0,12	13,70	55,86
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	500		17,61	19,11	90,28	567,62
Обед							
45	Салат из свежей капусты с морковью	60		3,64	0,57	1,83	42,36
96	Рассольник ленинградский	200		2,08	3,62	19,58	85,80
263	Рагу из свинины	200		21,76	14,34	38,66	432,00
350	Кисель из плодов или ягод	200		0,04	0,08	23,04	151,60
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,90
	Итого:	710		28,04	22,10	84,22	837,80
	Итого за день:		168,00 руб	45,65	41,21	174,50	1405,42

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 7–11 лет		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	220		14,94	11,95	42,09	373,46
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:	500		24,26	21,40	80,98	641,42
Обед							
55	Салат из свеклы с огурцами солеными	60		3,62	0,85	4,97	63,00
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200		4,76	1,42	7,72	71,80
234	Котлеты или биточки рыбные с соусом	90		5,56	4,84	9,03	164,2
312	Пюре картофельное	150		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	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	750		20,76	21,66	111,77	840,98
	Итого за день:		168,00 руб	45,02	43,06	192,75	1482,40

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 23.05.2025 г

2-разовое питание

День 10

№ реп.	Наименование блюда	Дети 7–11 лет		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	47,00
210	Омлет натуральный с брокколи и морковью	160		16,26	11,15	12,91	289,65
378	Чай с молоком	200		1,26	1,42	14,80	75,34
ПР	Хлеб пшеничный	40		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	500		25,31	19,30	51,23	561,21
Обед							
ПР	Икра кабачковая (пром производства)	60		4,50	1,50	5,35	85,20
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200		3,68	2,84	25,04	135,4
291	Плов из птицы	200		6,46	12,94	57,74	431,3
941	Напиток из плодов шиповника	200		0,16	0,16	27,88	154,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,9
	Итого:	710		15,32	20,93	117,12	932,6
	Итого за день:		168,00 руб	40,63	40,23	168,35	1493,1

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 26.05.2025 г

2-разовое питание

День 1

№ реп.	Наименование блюда	Дети 7–11 лет		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	136,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	230		9,74	5,56	28,50	258,22
376	Чай с сахаром	200		0,02	0,06	13,96	55,82
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
	Итого:	510		17,55	12,35	65,98	526,18
Обед							
52	Салат из свеклы отварной	60		3,61	0,85	4,96	55,68
104	Суп картофельный с рисом	200		4,22	1,76	12,32	135,40
271	Котлеты домашние с соусом	90		6,49	6,32	6,58	121,18
302	Каша гречневая рассыпчатая	150		7,95	8,33	22,11	209,51
389	Соки фруктовые	200		0,00	8,00	64,00	250,00
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	750		22,79	28,75	111,08	897,90
	Итого за день:		168,00 руб	40,34	41,10	177,06	1424,08

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

№ рец.	Наименование блюда	Дети 7–11 лет		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	230		10,06	7,86	49,36	292,15
382	Какао с молоком	200		3,54	4,08	17,58	118,6
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,3	2,37	0,63	88,14
	Итого:	500		14,30	14,71	77,37	622,89
Обед							
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60		4,43	1,05	4,88	79,70
82	Борщ с капустой и картофелем	200		3,94	1,44	7,74	203,00
288	Птица тушеная с соусом	90		12,41	12,13	16,40	213,75
309	Макаронные изделия отварные	150		4,51	5,52	32,44	213,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200		0,08	0,66	32,02	152,80
ПР	Хлеб пшеничный	30		0,30	2,37	0,63	76,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20		0,22	1,12	0,48	49,98
	Итого:	750		25,89	24,29	94,59	988,27
	Итого за день:		168,00 руб	40,19	39,00	171,96	1611,16

Директор:



Локтионова Е.И.