

Утверждаю  
Директор школы

О.А.Денисова

16.01.2024 г.



Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	54-4о	Омлет с сыром	150	316,0	19,0	25,4	3
	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	86	3,8	2,9	11,3
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	105,5	3,4	0,4	22,1
	Пром.	Яблоко	200	94	0,8	0,8	19,6
Обед	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,25	5,8	7	7,2
	54-5м	Котлета из курицы	75	126,4	14,4	3,2	10,1
	54-11г	Картофельное пюре	150	139,4	3,2	5,2	19,8
	54-2гн	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5

Повар Тюкаева Т.Ф. Тюкаева Т.Ф.

Ежедневное меню основного питания на 16 января 2024 г.  
филиала МБОУ СОШ №1 г. Спасека ОШ с. Кошелевка

Утверждаю  
Зав. филиалом  
Бибнева Г.П.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Длительность пребывания детей в школе: 4 - 5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	183,4
	Чай с сахаром	200	40
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>293,54</b>
обед	Салат витаминный	60	93
	Борщ с капустой и картофелем	250	171,04
	Картофельное пюре	150	181,5
	Рыбы, тушенная в томате с овощами (пикша)	100	105
	Кисель из сока ягодного с сахаром витаминизированный	200	157,6
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржаной	40	91,96
	Банан	150	141,76
<b>Итого за обед</b>		<b>970</b>	<b>988,62</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1400</b>	<b>1282,16</b>

Стоимость завтрака: 33 руб

Стоимость обеда: 67,20 руб

Возрастная категория: 12 лет и старше

Длительность пребывания детей в школе: 6 - 7 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	183,4
	Чай с сахаром	200	40
	Хлеб пшеничный	40	93,52
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>316,92</b>
обед	Салат витаминный	100	155
	Борщ с капустой и картофелем	250	171,04
	Картофельное пюре	200	241
	Рыбы, тушенная в томате с овощами (минтай)	100	105
	Кисель из сока ягодного с сахаром витаминизированный	200	157,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржаной	60	137,94
	<b>Итого за обед</b>		<b>910</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1360</b>	<b>1354,64</b>

Стоимость завтрака: 33 руб

Стоимость обеда: 55 руб

Повар *Кочуров*

Комарова М.А.

Ежедневное меню основного питания на 16.01.2024

филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 1 г. Спасска им. В.А. Шпагина основной школы с. Устье

Возрастная категория: с 7 лет до 11

Длительность пребывания детей в школе: 6-7 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Макароны отварные с сыром	200	264
	Какао с молоком	200	118,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>452,74</b>
обед	Салат из свежих огурцов	60	38,8
	Рассольник ленинградский	250	158,34
	Рыбы припущенная (минтай) с маслом	110	146
	Картофельное пюре	150	181,5
	Сок виноградный	200	136,4
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96
Пирожки, печенные с яблоком	50	129,2	
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>928,96</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1350</b>	<b>1381,7</b>

Стоимость завтрака: 35,00 руб. Стоимость обеда: 67,20 руб.

Повар Макарова Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 16.01.2024

филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 1 г. Спасска им. В.А. Шпагина основной школы с. Устье

Возрастная категория: с 11 лет до 16

Длительность пребывания детей в школе: 6-7 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Макароны отварные с сыром	200	264
	Какао с молоком	200	118,6
	Хлеб пшеничный	40	93,52
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>476,12</b>
обед	Салат из свежих огурцов	100	64,65
	Рассольник ленинградский	250	158,34
	Рыбы припущенная (минтай) с маслом	110	146
	Картофельное пюре	200	241
	Сок виноградный	200	136,4
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржано-пшеничный	60	137,94
<b>Итого за обед</b>		<b>870</b>	<b>954,47</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1310</b>	<b>1430,59</b>

Стоимость завтрака: 35,00 руб.

Стоимость обеда: 45 руб.

Повар Макарова

Макарова О.В.