

Утверждаю  
Директор школы

  
О.А.Денисова

22.01.2024 г.

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	54-27к	Каша манная молочная	200	174,3	5,3	5,7	25,3
	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	86	3,8	2,9	11,3
	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	53,7	3,5	4,4	0,0
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	105,5	3,4	0,4	22,1
	Пром.	Мандарин	150	57	0,75	0,3	11,25
Обед	Пром.	Огурец солёный	60	7,8	0,5	0,1	1
	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	137,9	5,9	6,2	12,7
	54-11г	Картофельное пюре	150	139,4	3,2	5,2	19,8
	54-4м	Котлета из говядины	75	221,3	13,7	13,1	12,4
	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	81	0,5	0	19,8
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5

Повар



Тюкаева Т.Ф.

Ежедневное меню основного питания на 22 января 2024 года

филиала МБОУ СОШ №1 г. Спасска ОШ с. Кошелевка

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 гречневой крупы	200	208,24
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Чай с лимоном	200	62
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>406,1</b>
обед	Винегрет овощной	60	75,06
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	144
	Рис отварной	150	210,11
	Тефтели (мясные)	90	140,98
	Компот из свежих яблок	200	114,6
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржаной	40	91,96
	Банан	150	141,76
<b>Итого за обед</b>		<b>960</b>	<b>965,23</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1400</b>	<b>1371,33</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 гречневой крупы	200	208,24
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Чай с лимоном	200	62
	Хлеб пшеничный	40	93,52
<b>Итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>429,48</b>
обед	Винегрет овощной	100	125,1
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	144
	Рис отварной	200	279,6
	Тефтели (мясные)	90	140,98
	Компот из свежих яблок	200	114,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржаной	60	137,94
	<b>Итого за обед</b>		<b>930</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1380</b>	<b>1441,84</b>

Стоимость завтрака: 33 руб.

Стоимость обеда: 55 руб.

Повар *[Подпись]*

Комарова М.А.



Ежедневное меню основного питания на 22.01.2024г

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	Макаронные изделия отварные с сыром	200	334,4
	Какао с молоком	200	118,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>523,14</b>
обед	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	60	47,14
	Суп картофельный с горохом	250	169,34
	Птица, тушеная в соусе	100	134,7
	Рис отварной	150	210,11
	Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	132,8
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96
	Печенье	20	82,9
	<b>Итого за обед</b>		<b>840</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1270</b>	<b>1438,85</b>

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

Повар Мака Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 22.01.2024г

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	Макаронные изделия отварные с сыром	200	334,4
	Какао с молоком	200	118,6
	Хлеб пшеничный	40	93,52
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>546,52</b>
обед	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	100	85,7
	Суп картофельный с горохом	250	169,34
	Птица, тушеная в соусе	100	134,7
	Рис отварной	200	280,15
	Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	132,8
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржано-пшеничный	60	137,94
	<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1380</b>	<b>1550,15</b>

Стоимость завтрака: 35,00 руб.

Стоимость обеда: 45,00 руб.

Повар Мака

Макарова О.В.