

Утверждаю  
Директор школы

О.А.Денисова

23.01.2024 г.



Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	54-1т	Запеканка из творога	150	301,2	29,7	10,7	21,7
	54-23хн	Кисель из смородины	200	50,5	0,2	0,1	12,3
	Пром.	Яблоко	200	94	0,8	0,8	19,6
Обед	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	149,5	6,45	3,5	23,1
	54-11т	Плов из отварной говядины	200	348,3	15,3	14,7	38,6
	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.

Утверждено  
Зав. филиалом  
Бибиева Г.П.

Ежедневное меню основного питания на 23 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	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	Овощи натуральные соленные (огурцы)	60	13,2
	Рассольник ленинградский	250	158,34
	Рыба припущенная (минтай)	110	146
	Картофельное пюре	150	181,5
	Сок фруктовый	200	136,4
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржаной	40	91,96
	Пирожки с яблоком	50	129,2
<b>Итого за обед</b>		<b>880</b>	<b>928,96</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1310</b>	<b>1381,7</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	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	Овощи натуральные соленные (огурцы)	100	64,65
	Рассольник ленинградский	250	158,34
	Рыба припущенная (минтай)	110	146
	Картофельное пюре	200	241
	Чай	200	40
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржаной	60	137,94
<b>Итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>954,47</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1390</b>	<b>1430,59</b>

Стоимость завтрака: 35 руб.  
Стоимость обеда: 55 руб.

Повар *Керу*

Комарова М.А.

Ежедневное меню основного питания на 23.01.2024г

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	Оладьи с творогом	150/20	448
	Чай с сахаром	200	40
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>400</b>	<b>558,14</b>
обед	Салат витаминный	60	93
	Борщ с капустой и картофелем	250	171,04
	Картофельное пюре	150	181,5
	Рыбы, тушеная в томате с овощами (минтай)	100	105
	Кисель из сока ягодного с сахаром витаминизированный	200	157,6
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96
	Банан	150	141,76
	<b>Итого за обед</b>		<b>970</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1370</b>	<b>1546,76</b>

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

Повар Маш

Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 23.01.2024г

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	Оладьи с творогом	150/20	448
	Чай с сахаром	200	40
	Хлеб пшеничный	40	93,52
<b>Итого за завтрак</b>		<b>410</b>	<b>581,52</b>
обед	Салат Витаминный	100	155
	Борщ с капустой и картофелем	250	171,04
	Картофельное пюре	200	241
	Рыбы, тушеная в томате с овощами (минтай)	100	105
	Кисель из сока ягодного с сахаром витаминизированный	200	157,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржано-пшеничный	60	137,94
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>1037,72</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1350</b>	<b>1619,24</b>

Стоимость завтрака: 35,00 руб.

Стоимость обеда: 45,00 руб.

Повар Маш

Макарова О.В.