

Утверждаю  
Директор школы

О.А.Денисова

26.02.2024 г.



| Прием пищи | № р-ц.  | Блюдо                          | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------------------------------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 54-6к   | Каша вязкая молочная пшеничная | 200      | 274,9        | 8,3   | 10,2 | 37,6     |
|            | 54-23гн | Кофейный напиток с молоком     | 200      | 86           | 3,8   | 2,9  | 11,3     |
|            | Пром.   | Вафли                          | 80       | 416          | 3,2   | 22,4 | 44,6     |
|            | 54-9в   | Булочка школьная               | 60       | 172,6        | 5,2   | 1,8  | 34       |
| Обед       | 54-4с   | Рассольник домашний            | 250      | 145,1        | 5,7   | 7,2  | 14,5     |
|            | 54-8м   | Тефтели из говядины паровые    | 80       | 156,1        | 10,9  | 9,5  | 6,7      |
|            | 54-2м   | Гуляш из говядины              | 100      | 232          | 16,9  | 16,4 | 4        |
|            | 54-4г   | Каша гречневая рассыпчатая     | 150      | 233,7        | 8,3   | 6,3  | 36       |
|            | 54-1г   | Макароны отварные              | 150      | 196,8        | 5,4   | 4,9  | 32,8     |
|            | 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.

Ежедневное меню основного питания на 26 февраля 2024 года  
филиала МБОУ СОШ №1 г. Спасска 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                 | Макароны 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                    | Овощи натуральные соленые (помидоры) | 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          | 200           | 132,8                          |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 20            | 46,76                          |
|                         | Хлеб ржаной                          | 40            | 91,96                          |
|                         | Печенье                              | 50            | 82,9                           |
|                         | Яблоко                               | 150           | 70,3                           |
| <b>Итого за обед</b>    |                                      | <b>1020</b>   | <b>986,01</b>                  |
| <b>Итого за день:</b>   |                                      | <b>1450</b>   | <b>1509,15</b>                 |

Стоимость завтрака: 35 руб  
Стоимость обеда: 100 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           | 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                    | Овощи натуральные соленые (помидоры) | 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          | 200           | 132,8                          |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 30            | 70,14                          |
|                         | Хлеб ржаной                          | 60            | 137,94                         |
| <b>Итого за обед</b>    |                                      | <b>940</b>    | <b>1003,63</b>                 |
| <b>Итого за день:</b>   |                                      | <b>1380</b>   | <b>1550,15</b>                 |

Стоимость завтрака: 35 руб  
Стоимость обеда: 55 руб

Повар *Комарова*

Комарова М.А.

Ежедневное меню основного питания на 26.01.2024г

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                 | Каша вязкая молочная из гречневой крупы                     | 200           | 208,24                         |
|                         | Чай с лимоном   | 200           | 62                             |
|                         | Масло сливочное (порциями)                                  | 10            | 65,72                          |
|                         | 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 на курином бульоне | 250           | 144                            |
|                         | Рис отварной  | 150           | 210,11                         |
|                         | Тефтели (мясные)  | 90            | 140,98                         |
|                         | Компот из свежих яблок витаминизированный                   | 200           | 114,6                          |
|                         | Хлеб пшеничный  | 20            | 46,76                          |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный  | 40            | 91,96                          |
|                         | Банан   | 150           | 141,76                         |
|                         | <b>Итого за обед</b>  |               | <b>900</b>                     |
| <b>Итого за день:</b>   |   | <b>1340</b>   | <b>1371,33</b>                 |

Стоимость завтрака: 35,00 руб. Стоимость обеда: 100,00 руб.

Повар Макарова Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 26.01.2024г

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    | Каша вязкая молочная из гречневой крупы                     | 200           | 208,24                         |                |
|            | Чай с лимоном   | 200           | 62                             |                |
|            | Масло сливочное (порциями)                                  | 10            | 65,72                          |                |
|            | 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 на курином бульоне | 250           | 144                            |                |
|            | Рис отварной  | 200           | 279,6                          |                |
|            | Тефтели (мясные)  | 90            | 140,98                         |                |
|            | Компот из свежих яблок витаминизированный                   | 200           | 114,6                          |                |
|            | Хлеб пшеничный  | 30            | 70,14                          |                |
|            | Хлеб ржано-пшеничный  | 60            | 137,94                         |                |
|            | <b>Итого за обед</b>  |               | <b>930</b>                     | <b>1012,36</b> |
|            | <b>Итого за день:</b>                                       |               | <b>1370</b>                    | <b>1441,84</b> |

Стоимость завтрака: 35,00 руб. Стоимость обеда: 45 руб.

Повар Макарова Макарова О.В.