

Утверждаю
Директор школы

О.А.Денисова

29.02.2024 г.



| Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 233,7 | 8,3 | 6,3 | 36 |
| | 54-4м | Котлета из говядины | 75 | 221,3 | 13,7 | 13,1 | 12,4 |
| | 54-23хн | Кисель из смородины | 200 | 50,5 | 0,2 | 0,1 | 12,3 |
| | Пром. | Сок персиковый | 200 | 134,4 | 0,6 | 0,0 | 33,0 |
| Обед | 54-2с | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 137,9 | 5,9 | 6,2 | 12,7 |
| | 54-6м | Биточек из говядины | 75 | 221,3 | 13,7 | 13,1 | 12,4 |
| | 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.

Утверждаю
Зав. филиалом
Г.П. Бибева
Бибева Г.П.

Ежедневное меню основного питания на 29 февраля 2024 года
филиала МБОУ СОШ №1 г. Спасека ОШ с. Комелевка

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 пшениной крупы | 200 | 208,24 |
| | Масло сливочное (порциями) | 10 | 65,72 |
| | Чай с лимоном | 200 | 62 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 70,14 |
| Итого за завтрак | | 440 | 406,01 |
| обед | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | 43,74 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 157,04 |
| | Плов из курицы | 230 | 351,13 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 114,6 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 46,76 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 91,96 |
| | Груша свежая | 150 | 68,26 |
| Итого за обед | | 900 | 873,49 |
| Итого за день: | | 1340 | 1279,59 |

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 | Каша вязкая молочная из пшениной крупы | 200 | 208,24 |
| | Масло сливочное (порциями) | 10 | 65,72 |
| | Чай с лимоном | 200 | 62 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 93,52 |
| Итого за завтрак | | 450 | 429,48 |
| обед | Салат из свеклы с зеленым горошком | 100 | 72,9 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 157,04 |
| | Плов из курицы | 280 | 427,47 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 114,6 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 70,14 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 137,94 |
| Итого за обед | | 920 | 980,09 |
| Итого за день: | | 1370 | 1409,57 |

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

Повар *Кемф*

Комарова М.А.

Ежедневное меню основного питания на 29.02.2024

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 | Запеканка из творога | 200 | 444,8 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 70,14 |
| Итого за завтрак | | 430 | 554,94 |
| обед | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 60 | 59,7 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 171,04 |
| | Жаркое по-домашнему | 230 | 387,7 |
| | Кисель из сока ягодного с сахаром витаминизированный | 200 | 157,6 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 46,76 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 91,96 |
| | Яблоко свежее | 150 | 70,3 |
| | Итого за обед | | 950 |
| Итого за день: | | 1350 | 1540 |

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

Повар Маку Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 29.02.2024

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 | Запеканка из творога | 200 | 444,8 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 40 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 93,52 | |
| Итого за завтрак | | 440 | 578,32 | |
| обед | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 100 | 99,5 | |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 171,04 | |
| | Жаркое по-домашнему | 230 | 387,7 | |
| | Кисель из сока ягодного с сахаром витаминизированный | 200 | 157,6 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 70,14 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 137,94 | |
| | Итого за обед | | 870 | 1023,92 |
| | Итого за день: | | 1310 | 1602,24 |

Стоимость завтрака 35,00 руб.

Стоимость обеда: 45 руб.

Повар Маку

Макарова О.В.