

Утверждаю
Директор школы

О.А.Денисова

13.03.2024 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
	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	86	3,8	2,9	11,3
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	105,5	3,4	0,4	22,1
	54-2з	Огурец в нарезке	80	11,3	0,6	0,1	2,0
Обед	54-8с	Суп гороховый	250	166,4	8,4	5,8	20,4
	54-4м	Котлета из говядины	75	221,3	13,7	13,1	12,4
	54-21м	Курица отварная	80	123,8	25,7	1,9	0,9
	54-1г	Макароны отварные	150	196,8	5,4	4,9	32,8
	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 13 марта 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 пшенной 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	870	1039,29
Итого за день:	1300	1445,3	

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 пшенной 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 *М.А. Комарова*

Комарова М.А.

Ежедневное меню основного питания на 13.03.2024

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	Каша вязкая молочная из риса с маслом и сахаром	220	334
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
Итого за завтрак		460	570,46
обед	Салат витаминный	60	93
	Суп крестьянский с крупой	250	127,34
	Птица (курица) отварная	80	165,33
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	201,9
	Компот из смеси сухофруктов витамин.	200	94,2
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96
	Апельсин	150	81
Итого за обед		800	901,49
Итого за день:		1260	1471,95

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

Повар Маку Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 13.03.2024

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	Каша вязкая молочная из риса с маслом и сахаром	220	334
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
	Хлеб пшеничный	40	93,52
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
Итого за завтрак		470	593,84
обед	Салат витаминный	60	198,93
	Суп крестьянский с крупой	250	127,34
	Птица (курица) отварная	80	165,33
	Макаронные изделия отварные с маслом	200/10	282,66
	Компот из смеси сухофруктов витаминизир.	200	94,2
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржано-пшеничный	60	137,94
	Итого за обед		720
Итого за день:		1190	1670,38

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

Повар Маку Макарова О.В.