

Утверждаю  
Директор школы



О.А.Денисова

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 4 октября 2023 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
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>517,52</b>
обед	Салат из свежих помидор с репчатым луком	60	59,7
	Суп крестьянский с крупой	250	127,34
	Макаронные изделия отварные	150	195,7
	Котлеты	100	344
	Чай с сахаром	200	40
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржаной	40	91,96
	Апельсин	150	81
<b>Итого за обед</b>		<b>970</b>	<b>986,46</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1400</b>	<b>1503,98</b>

Стоимость завтрака: 33 руб.  
Стоимость обеда: 68 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
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
	Хлеб пшеничный	40	93,52
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>402,36</b>
обед	Салат из свежих помидор с репчатым луком	100	99,5
	Суп крестьянский с крупой	250	127,34
	Макаронные изделия отварные	200	260,95
	Котлеты	100	344
	Чай с сахаром	200	40
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржаной	60	137,94
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>1079,87</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1380</b>	<b>1482,23</b>

Стоимость завтрака: 33 руб.  
Стоимость обеда: 55 руб.

Повар

*Комарова*

Комарова М.А.

Ежедневное меню основного питания на 4 10 2023

филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 1 г. Спасска 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
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>378,98</b>
обед	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60	59,7
	Суп крестьянский с крупой	250	127,34
	Макаронные изделия отварные	150	195,7
	Котлеты	100	344
	Чай с сахаром витаминизированный	200	40
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96
	Йогурт	50	89
		<b>870</b>	<b>994,46</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1310</b>	<b>1373,44</b>

Стоимость завтрака: 35,00 руб. Стоимость обеда: 68,00 руб.

Повар Макарова

Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 4 10 2023

филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 1 г. Спасска 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
	Кофейный напиток с молоком	200	65,72
	Хлеб пшеничный	40	62
<b>Итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>593,84</b>
обед	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100	99,5
	Суп крестьянский с крупой	250	127,34
	Котлеты	100	344
	Макаронные изделия отварные	200	260,95
	Чай с сахаром витаминизированный	200	40
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржано-пшеничный	60	137,94
<b>Итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>1079,87</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1390</b>	<b>1482,23</b>

Стоимость завтрака: 35,00 руб.

Стоимость обеда: 45,00 руб.

Повар Макарова

Макарова О.В.