



Директор МБОУ СОШ № 11 им. И. Ф. Варавы

Меню на 1.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	1-4 классы				стоимость, руб	вес блюда, г	5-11 классы				стоимость, руб
				Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы			Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	
1	259	Жаркое по домашнему	175	312,61	17,01	15,68	25,86	74,44	200	357,05	19,4	17,92	29,54	85,17
2	376	Фруктовый чай	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58
3	71	Овощи свежие (огурцы)	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,10	0,70	0,10	1,89	15,68
4	ПР	Кисломолочный продукт	150	75,15	3,45	3,68	4,72	37,00	180	90,18	4,14	4,42	5,66	35,00
5	ПР	Хлеб ржаной	25	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	40	81,92	2,66	0,48	16,73	2,58
6	ПР	Хлеб пшеничный	25	58,60	1,69	0,22	12,54	1,70	40	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71
			635	566,48				129,80	760	697,47				146,72

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	1-4 классы				стоимость, руб	вес блюда, г	5-11 классы				стоимость, руб
				Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы			Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	
1	71	Овощи свежие (огурцы)	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,68
2	98	Суп крестьянский с крушой	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,81	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,81
3	227	Рыба припущенная	110	155,95	19,28	8,36	0,9	43,83	110	155,95	19,28	8,36	0,9	43,83
4	312	Картофельное пюре	150	205,86	3,46	5,42	23,05	13,73	180	247,03	4,15	6,51	27,66	17,22
5	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6
6	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	70	164,08	4,73	0,6	35,11	4,75
7	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
			850	726,51				86,73	955	853,88				98,79

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Утверждено
Директор МБОУ СОШ №10 им. И. Ф. Вараввы

Меню на 2.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	273/303	Котлеты рубленные из кур/ Каша вязкая (ячневая)	240,00	452,91	19,44	19,32	50,32	38,47	280	522,07	22,23	21,75	59,35	43,15
2	379	Напиток кофейный на молоке	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60
3	24	Салат из овощей (помидоров и огурцов)	80,00	20,48	1,05	0,19	3,64	13,37	100	25,43	1,30	0,23	4,54	16,75
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,38
5	ПР	Хлеб пшеничный	25,00	58,60	1,69	0,22	12,54	1,70	35	82,04	2,36	0,30	17,55	2,26
6	ПР	Сок фруктово-ягодный	200	84,93	1,00	0,00	20,23	35,00	200	84,93	1,00	0,00	20,23	35
			770	761,02				98,75	850	879,05				108,14

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/20	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19	250/20	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19
2	ТК	Птица в соусе с томатами	90	221,44	19,3	16	0,06	45,73	110	286,57	24,98	20,71	0,08	54,73
3	143	Рагу из овощей	150	200,6	2,53	15,7	12,29	19,08	180	240,72	3,03	18,84	14,75	22,72
4	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
5	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
6	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
7	ПР	Кисломолочный продукт (в ннд.пром. упак)							180	90,18	4,14	4,42	5,66	35
			790	845,66				92,22	1050	1109,93				141,88

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Директор МБОУ СОШ №1 им. И. Ф. Варавы

Меню на 3.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	268/312	Рыба запеченная под соусом/Картофельное пюре	260	357,79	11,19	14,11	33,75	45,01	310	426,58	13,29	16,78	40,31	55,08
2	377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	10,25	3,08	200	61,50	0,13	0,02	10,25	3,08
3	45	Салат из овощей (белокачанная капуста)	80	62,26	1,05	0,19	3,64	10,15	100	77,83	1,31	0,24	4,55	12,7
4	ПР	Хлеб ржаной	25	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	40	81,92	2,66	0,48	16,73	2,58
5	ТК	Пирог фруктовый "Школьный"	50	146,30	3,10	4,30	23,80	11,4	80	234,08	4,96	6,88	38,08	18,23
6	ПР	Хлеб пшеничный							25	58,6	1,68	0,22	12,54	1,7
		Итого	615	679,05				71,25	755	940,51				93,37

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	71	Овощи свежие (помидоры)	60	12,84	0,42	0,06	1,13	10,59	100	21,4	0,7	0,1	1,89	17,66
2	96	Рассольник по-ленинградски	250	101,81	2,02	5,09	11,98	12,92	250	101,81	2,02	5,09	11,98	12,92
3	258	Мясо духовое	200	335,32	18,84	21,01	17,72	50,54	200	335,32	18,84	21,01	17,72	50,54
4	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
6	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	338	Фрукты свежие (яблоки)	125	55,5	0,52	0,52	13,33	12,5	125	55,5	0,52	0,52	13,33	12,5
		Итого	895	751,57				96,48	985	869,93				106,86

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г. П.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №1 им. И.Ф. Варавы

МБОУ СОШ №1 им. И.Ф. Варавы
 И.И.Ф. Варавы
 (подпись)

Меню на 4.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	260/302	Гуляш/Каша пшеничная вязкая	240	341,70	16,29	27,20	23,40	79,65	280	392,15	18,39	23,03	27,84	88,76
2	376	Фруктовый чай	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58
3	71	Овощи свежие (помидоры)	70	14,98	0,49	0,07	1,32	12,36	100	21,40	0,70	0,10	1,89	17,66
4	ПР	Хлеб ржаной	25	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	45	105,48	3,04	0,39	22,57	3,05
6	338	Фрукты свежие (яблоки)	120	53,28	0,50	0,50	12,80	12,00	130	57,72	0,54	0,54	13,80	13,00
			695	615,38				113,91	790	708,89				130,31

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	81	Борщ	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63
2	229	Рыба, тушеная в томате с овощами	53/147	197,5	19,5	9,9	7,6	30,11	53/147	197,5	19,5	9,9	7,6	30,11
3	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08
4	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
5	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	ПК	Пирог фруктовый «Кубанский»	90	247,2	5,51	7,39	63,2	15,46	80	219,73	4,9	6,57	54,25	14,28
7	ПР	Сок плодово-ягодный	200	84,93	1	0	20,23	35	200	84,93	1	0	20,23	35
		Итого	820	882,77				95,57	835	913,9				96,09

Шеф-повар

Байко

Бойко Г.П.



Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №1 им. И.Ф. Варавы

МБОУ СОШ №1
 им. И.Ф. Варавы
 (подпись, печать)

Меню на 7.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	269/143	Котлеты (биточки) особые/ Рагу из овощей	250,00	396,64	11,88	17,08	22,40	75,04	300	521,16	13,56	19,67	26,71	86,27
2	376	Чай с сахаром	200,00	60,46	0,06	0,02	10,40	1,08	200	60,46	0,06	0,02	10,40	1,08
3	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	25	58,60	1,68	0,22	12,54	1,70
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	71	Овощи свежие (огурцы)	60,00	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,68
			575	610,52				89,91	660	726				106,99

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	99	Суп из овощей	250	87,87	1,59	4,99	9,15	9,76	250	87,87	1,59	4,99	9,15	9,76
2	268	Шницель мясной рубленый	90	255,81	12,38	18,15	10,74	35,68	100	284,23	13,75	20,17	11,93	38,74
3	ПР	Зеленый горошек консервирован.	60	66,91	1,73	1,63	3,47	14,22	100	59,12	2,88	2,72	5,78	23,69
4	205	Макаронные изделия отварные с овощами припущенными	110/60	172,5	4,83	5,19	26,62	8,07	140/60	155,4	4,2	4,6	24,3	9,2
5	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
6	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
8	338	Фрукты свежие (груши)	130	59,15	0,54	0,54	13,87	32,5	130	59,15	0,54	0,54	13,87	32,5
9	ПР	Кисломолочный продукт (в индивид. пром. упаковке)							180	90,18	4,14	4,42	5,66	35
			790	888,34				110,16	1070	1091,85				162,13

Шеф-повар

Бойко Г.П.

Бойко Г.П.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №1 им. И.Ф. Варавы
 Кухаркина Е.В.
 им. И.Ф. Варавы
 (подпись, дата)

Меню на 8.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	291	Плов из отварной птицы	180,00	274,80	15,25	9,42	32,16	41,19	210	320,6	17,79	10,99	37,57	50,09
2	349	Компот из сухофруктов	200,00	106,00	0,66	0,09	32,01	7,60	200,00	106,00	0,66	0,09	32,01	7,60
3	71	Овощи свежие (томидоры)	70,00	14,98	0,49	0,07	1,32	12,36	100	21,40	0,70	0,10	1,89	17,66
4	ПР	Сок плодово-ягодный	200,00	84,93	1,00	0,00	20,23	35,00	200,00	84,93	1,00	0,00	20,23	35,00
5	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
6	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	45	105,48	3,04	0,39	22,57	3,05
			715	625,67				100,47	790	710,09				115,66

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	81	Борщ	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63
2	256	Мясо тушеное в соусе	90	205,32	6,59	18,35	3,45	31,34	100	228,14	7,33	20,39	3,84	31,41
3	302	Капша рассыпчатая (рисовая)	150	228,72	3,58	7,34	37,08	8,5	180	274,46	4,29	8,81	44,5	10,3
4	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,60	200	106	0,66	0,09	32,01	7,60
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	ПР	Молоко 3,2% (в инд. пром. упак)	200	106,6	5	5	13,6	35	200	106,6	5	5	13,6	35
			970	945,24				96,43	1035	1066,48				99,93

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Директор МБОУ СОШ №102230488 (С/О) М.П. И.Ф. ВАРАВЫ

Меню на 9.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	278/302	Тефтели мясные под том.соусом/ Каша гречневая	260,00	225,17	12,07	8,37	44,59	29,38	290,00	253,73	13,63	9,09	52,39	31,08
2	376	Фруктовый чай	200,00	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58	200,00	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58
3	45	Салат из овощей (белокочанной капусты с морковью)	80,00	20,48	1,05	0,19	3,64	10,15	100,00	25,00	1,31	0,24	4,55	12,70
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35,00	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71
6	ПР	Кондитерское изделие безкремовое (печенье)	25,00	103,54	2,12	2,82	17,42	6,50	38,00	157,38	2,85	6,84	55,86	9,88
			630	554,61				55,93	703,00	662,01				64,21

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	71	Овощи свежие (огурцы)	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,68
2	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	106,81	2,38	5,08	12,9	7,75	250	106,81	2,38	5,08	12,9	7,75
3	234	Котлеты или биточки рыбные	90	135,05	7,86	6,53	11,22	26,58	110	165,06	9,61	7,98	13,71	31,27
4	125	Картофель отварной	150	141,42	2,86	5,61	19,86	17,56	180	169,71	3,43	6,74	23,84	21,8
5	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
6	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
8	338	Фрукты свежие (яблоки)	125	55,50	0,52	0,52	13,33	12,5	125	55,50	0,52	0,52	13,33	12,50
9	ПР	Сок плодово-ягодный	200	84,93	1	0	20,23	35,0	200	84,93	1	0	20,23	35,00
			1175	866,11				121,44	1270	941,77				136,92

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Меню на 10.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенкой	175	395,90	17,61	13,92	42,02	68,03	225	515,32	22,47	17,41	56,08	86,01
2	382	Какао с молоком	200	117,78	4,07	3,50	17,50	7,78	200	117,78	4,07	3,50	17,50	7,78
3	338	Фрукты свежие (груша)	120	54,60	0,50	0,50	12,80	30,00	120	54,60	0,50	0,50	12,80	30,00
4	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	50	117,2	3,38	0,44	25,08	3,39
5														
6														
			535	662,04				108,52	595	804,9				127,18

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	104	Суп с мясными фрикадельками	270	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19	270	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19
2	267	Шницель натуральный рубл.	90	310,08	15,84	22,56	10,92	45,39	100	344,53	17,6	25,07	12,13	49,95
3	302	Каша вязкая (пшеничная)	150	142,8	3,2	5,2	20,8	5,95	180	171,36	3,84	6,24	24,96	6,27
4	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6
7	ПР	Кисломолочный продукт (в индивидуал. пром. упаковке)	450	225,45	11,24	12,5	23,59	85	180	90,18	4,14	4,42	5,66	35
		Итого	1220	1055,61				164,13	1035	1082,91				122

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Утверждено
 Директор МБОУ СОУШ №1 им. И.Ф. Варавы

Куркина Е.В.

Подпись

Меню на 11.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	1-4 классы					5-11 классы						
			вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	260/309	Птица в соусе с томатами/Макаронные изделия отварные с маслом	240,00	433,02	24,95	22,82	31,97	37,28	290	540,4	31,75	28,89	38,36	46,04
2	379	Напиток кофейный на молоке	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60
3	71	Овощи свежие (огурцы)	70,00	9,87	0,49	0,07	1,32	11,04	100	14,10	0,70	0,10	1,89	15,68
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	45	105,48	3,04	0,39	22,57	3,05
6	ПР	Кисломолочный продукт	150	75,15	3,45	3,68	4,72	37,00						
			725	755,90				98,24	670	824,56				75,63

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	1-4 классы					5-11 классы						
			вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	82	Борщ с капустой и картофелем	250	95,2	1,8	4,92	10,93	4,5	250	95,2	1,8	4,92	10,93	4,5
2	261	Печень гусиная в соусе	100	156	13,3	8,8	5,7	37,32	120	187,2	15,96	10,56	6,84	44,78
3	205	Макаронные изделия отварные с овощами	150	181,42	5,17	5,99	28,52	11,68	180	217,7	6,14	7,11	33,85	14,05
4	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08
7	ПР	Кондитерское изделие (вафли молочные)	40	231,55	2,49	12,96	26,24	12,8	35	202,6	2,18	11,34	22,96	11,2
8	ПР	Молоко 3,2% (в индивид. пром. упаковке)	200	106,6	5	5	13,6	35	200	106,6	5	5	13,6	35
			1020	1012,83				107,74	1085	1092,32				117,26

Шеф-повар *Бойко*

Бойко Г.П.



Утверждено
 Директор МБОУ СОШ №11 им.И.Ф.Варавы
 Кухарь Е.В.

Меню на 14.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	182/3	Каша жидкая молочная, бутерброд с сыром и маслом сливочным	230/20/15/5	383,62	13,08	15,00	49,08	33,91	230/25/19/6	428,47	14,64	17,1	54,02	38,34
2	382	Какао с молоком	200	117,78	4,07	3,50	17,50	7,78	200	117,78	4,07	3,50	17,50	7,78
3	ПР	Хлеб пшеничный	20	46,88	1,35	0,17	10,03	1,36	35	82,04	2,36	0,30	17,55	2,38
4	338	Фрукты свежие (яблоки)	120	53,28	0,50	0,50	12,80	12,00	130	57,72	0,54	0,54	13,87	15,60
5														
6														
			610	601,56				55,05	645	686,01				64,1

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	88	Щи из свежей капусты с картошкой	250	83,23	1,77	4,95	7,9	12,02	250	83,23	1,77	4,95	7,9	12,02
2	260	Гуляш	90	198,9	13,09	22	2,6	72,84	100	220,79	14,55	16,79	2,88	80,58
3	303	Каша вязкая (перловая)	150	142,8	3,2	5,2	20,8	5,88	180	171,36	3,84	6,24	24,96	7,8
4	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08
5	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
6	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
7	338	Фрукты свежие (яблоки)	130	57,72	0,54	0,54	13,87	13	130	57,72	0,54	0,54	13,87	13
8	ПР	Сок плодово-ягодный	200	84,93	1	0	20,23	35	200	84,93	1	0	20,23	35
			1100	809,64				145,18	1165	912,77				156,47

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Меню на 15.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	259	Жаркое по домашнему	175	312,61	17,01	15,68	25,86	74,44	200	357,05	19,4	17,92	29,54	85,17
2	376	Фруктовый чай	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58
3	71	Овощи свежие (огурцы)	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,10	0,70	0,10	1,89	15,68
4	ПР	Кисломолочный продукт	150	75,15	3,45	3,68	4,72	37,00						
5	ПР	Хлеб ржаной	25	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	40	81,92	2,66	0,48	16,73	2,58
6	ПР	Хлеб пшеничный	25	58,60	1,69	0,22	12,54	1,70	40	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71
			635	566,48				129,80	580	607,29				111,72

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	71	Овощи свежие (огурцы)	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,68
2	98	Суп крестьянский с крупой	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,81	250	74,56	1,48	4,92	6,09	6,81
3	227	Рыба припущенная	110	155,95	19,28	8,36	0,9	43,83	110	155,95	19,28	8,36	0,9	43,83
4	312	Картофельное пюре	150	205,86	3,46	5,42	23,05	13,73	180	247,03	4,15	6,51	27,66	17,22
5	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6
6	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	70	164,08	4,73	0,6	35,11	4,75
7	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
			850	726,51				86,73	955	853,88				98,79

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 11 им. И. Ф. Варавы
Кухаренко Е. В.

Меню на 16.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	273/303	Котлеты рубленые из кур/ Каша вязкая (ячневая)	240,00	452,91	19,44	19,32	50,32	38,47	280	522,07	22,23	21,75	59,35	43,15
2	379	Напиток кофейный на молоке	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60
3	24	Салат из овощей (помидоров и огурцов)	80,00	20,48	1,05	0,19	3,64	13,37	100	25,43	1,30	0,23	4,54	16,75
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,38
5	ПР	Хлеб пшеничный	25,00	58,60	1,69	0,22	12,54	1,70	35	82,04	2,36	0,30	17,55	2,26
6	ПР	Сок плодово-ягодный	200	84,93	1,00	0,00	20,23	35,00	200	84,93	1,00	0,00	20,23	35
			770	761,02				98,75	850	879,05				108,14

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/20	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19	250/20	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19
2	ТК	Птица в соусе с томатами	90	221,44	19,3	16	0,06	45,73	110	286,57	24,98	20,71	0,08	54,73
3	143	Рагу из овощей	150	200,6	2,53	15,7	12,29	19,08	180	240,72	3,03	18,84	14,75	22,72
4	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
5	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
6	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
7	ПР	Кисломолочный продукт (в ннд.пром.упак)							180	90,18	4,14	4,42	5,66	35
			790	845,66				92,22	1050	1109,93				141,88

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Меню на 17.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	5-11 классы					
									вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	268/312	Рыба запеченная под соусом/Картофельное пюре	260	357,79	11,19	14,11	33,75	45,01	310	426,58	13,29	16,78	40,31	55,08
2	377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	10,25	3,08	200	61,50	0,13	0,02	10,25	3,08
3	45	Салат из овощей (белокачанная капуста)	80	62,26	1,05	0,19	3,64	10,15	100	77,83	1,31	0,24	4,55	12,7
4	ПР	Хлеб ржаной	25	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	40	81,92	2,66	0,48	16,73	2,58
5	ТК	Пирог фруктовый "Школьный"	50	146,30	3,10	4,30	23,80	11,4	80	234,08	4,96	6,88	38,08	18,23
6	ПР	Хлеб пшеничный							25	58,6	1,68	0,22	12,54	1,7
		Итого	615	679,05				71,25	755	940,51				93,37

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	5-11 классы					
									вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	71	Овощи свежие (помидоры)	60	12,84	0,42	0,06	1,13	10,59	100	21,4	0,7	0,1	1,89	17,66
2	96	Рассольник по-ленинградски	250	101,81	2,02	5,09	11,98	12,92	250	101,81	2,02	5,09	11,98	12,92
3	258	Мясо духовое	200	335,32	18,84	21,01	17,72	50,54	200	335,32	18,84	21,01	17,72	50,54
4	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
6	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	338	Фрукты свежие (яблоки)	125	55,5	0,52	0,52	13,33	12,5	125	55,5	0,52	0,52	13,33	12,5
		Итого	895	751,57				96,48	985	869,93				106,86

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Меню на 18.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	260/302	Гуляш/Капша пшеничная вязкая	240	341,70	16,29	27,20	23,40	79,65	280	392,15	18,39	23,03	27,84	88,76
2	376	Фруктовый чай	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58	200	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58
3	71	Овощи свежие (помидоры)	70	14,98	0,49	0,07	1,32	12,36	100	21,40	0,70	0,10	1,89	17,66
4	ПР	Хлеб ржаной	25	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	45	105,48	3,04	0,39	22,57	3,05
6	338	Фрукты свежие (яблоки)	120	53,28	0,50	0,50	12,80	12,00	130	57,72	0,54	0,54	13,80	13,00
		Итого	695	615,38				113,91	790	708,89				130,31

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	81	Борщ	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63
2	229	Рыба, тушеная в томате с овощами	53/147	197,5	19,5	9,9	7,6	30,11	53/147	197,5	19,5	9,9	7,6	30,11
3	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08
4	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
5	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	ТК	Пирог фруктовый «Кубанский»	90	247,2	5,51	7,39	63,2	15,46	80	219,73	4,9	6,57	54,25	14,28
7	ПР	Сок плодово-ягодный	200	84,93	1	0	20,23	35	200	84,93	1	0	20,23	35
		Итого	820	882,77				95,57	835	913,9				96,09

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №1 им. И. Ф. Варавы
 К. С. Иванова
 (подпись)

Меню на 21.10.2024 г.

Завтрак

I-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	269/143	Котлеты (биточки) особые/ Рагу из овощей	250,00	396,64	11,88	17,08	22,40	75,04	300	521,16	13,56	19,67	26,71	86,27
2	376	Чай с сахаром	200,00	60,46	0,06	0,02	10,40	1,08	200	60,46	0,06	0,02	10,40	1,08
3	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	25	58,60	1,68	0,22	12,54	1,70
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	71	Овощи свежие (огурцы)	60,00	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,68
			575	610,52				89,91	660	726				106,99

Обед

I-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность,				стоимость, руб
				ккал	белки	жиры	углеводы			ккал	белки	жиры	углеводы	
1	99	Суп из овощей	250	87,87	1,59	4,99	9,15	9,76	250	87,87	1,59	4,99	9,15	9,76
2	268	Шницель мясной рубленый	90	255,81	12,38	18,15	10,74	35,68	100	284,23	13,75	20,17	11,93	38,74
3	ПР	Зеленый горошек консервирован	60	66,91	1,73	1,63	3,47	14,22	100	59,12	2,88	2,72	5,78	23,69
4	205	Макаронные изделия отварные с овощами припущенными	110/60	172,5	4,83	5,19	26,62	8,07	140/60	155,4	4,2	4,6	24,3	9,2
5	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
6	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	45	92,16	2,99	0,54	18,83	2,9
8	338	Фрукты свежие (груши)	130	59,15	0,54	0,54	13,87	32,5	130	59,15	0,54	0,54	13,87	32,5
9	ПР	Кисломолочный продукт (в индивид. пром. упаковке)							180	90,18	4,14	4,42	5,66	35
			790	888,34				110,16	1070	1091,85				162,13

Шеф-повар

Байко

Бойко Г. П.



Меню на 22.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	291	Плов из отварной птицы	180,00	274,80	15,25	9,42	32,16	41,19	210	320,6	17,79	10,99	37,57	50,09
2	349	Компот из сухофруктов	200,00	106,00	0,66	0,09	32,01	7,60	200,00	106,00	0,66	0,09	32,01	7,60
3	71	Овощи свежие (помидоры)	70,00	14,98	0,49	0,07	1,32	12,36	100	21,40	0,70	0,10	1,89	17,66
4	ПР	Сок плодово-ягодный	200,00	84,93	1,00	0,00	20,23	35,00	200,00	84,93	1,00	0,00	20,23	35,00
5	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
6	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	45	105,48	3,04	0,39	22,57	3,05
			715	625,67				100,47	790	710,09				115,66

5-11 классы

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал				стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	81	Борщ	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63	250	117	3,56	5,12	14,17	8,63
2	256	Мясо тушеное в соусе	90	205,32	6,59	18,35	3,45	31,34	100	228,14	7,33	20,39	3,84	31,41
3	302	Каша рассыпчатая (рисовая)	150	228,72	3,58	7,34	37,08	8,5	180	274,46	4,29	8,81	44,5	10,3
4	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,60	200	106	0,66	0,09	32,01	7,60
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	ПР	Молоко 3,2% (в инд.пром.упак)	200	106,6	5	5	13,6	35	200	106,6	5	5	13,6	35
			970	945,24				96,43	1035	1066,48				99,93

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №10 им. И. Ф. Вараввы
 Кухарь Е.В.

Меню на 23.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	278/302	Тефтели мясные под том.соусом/ Каша гречневая	260,00	225,17	12,07	8,37	44,59	29,38	290,00	253,73	13,63	9,09	52,39	31,08
2	376	Фруктовый чай	200,00	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58	200,00	60,46	0,60	0,40	10,40	5,58
3	45	Салат из овощей (белокачанной капусты с морковью)	80,00	20,48	1,05	0,19	3,64	10,15	100,00	25,00	1,31	0,24	4,55	12,70
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35,00	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71
6	ПР	Кондитерское изделие безкремовое (печенье)	25,00	103,54	2,12	2,82	17,42	6,50	38,00	157,38	2,85	6,84	55,86	9,88
			630	554,61				55,93	703,00	662,01				64,21

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	1-4 классы			стоимость, руб	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	5-11 классы			стоимость, руб
					белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы	
1	71	Овощи свежие (огурцы)	60	8,46	0,42	0,06	1,14	9,47	100	14,1	0,7	0,1	1,89	15,68
2	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	106,81	2,38	5,08	12,9	7,75	250	106,81	2,38	5,08	12,9	7,75
3	234	Котлеты или биточки рыбные	90	135,05	7,86	6,53	11,22	26,58	110	165,06	9,61	7,98	13,71	31,27
4	125	Картофель отварной	150	141,42	2,86	5,61	19,86	17,56	180	169,71	3,43	6,74	23,84	21,8
5	342	Компот из фруктов	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93	200	111,38	0,12	0,1	27,5	5,93
6	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
7	ПР	Хлеб ржаной	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
8	338	Фрукты свежие (яблоки)	125	55,50	0,52	0,52	13,33	12,5	125	55,50	0,52	0,52	13,33	12,50
9	ПР	Сок плодово-ягодный	200	84,93	1	0	20,23	35,0	200	84,93	1	0	20,23	35,00
			1175	866,11				121,44	1270	941,77				136,92

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.



Меню на 24.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	5-11 классы					
									вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенкой	175	395,90	17,61	13,92	42,02	68,03	225	515,32	22,47	17,41	56,08	86,01
2	382	Какао с молоком	200	117,78	4,07	3,50	17,50	7,78	200	117,78	4,07	3,50	17,50	7,78
3	338	Фрукты свежие (груша)	120	54,60	0,50	0,50	12,80	30,00	120	54,60	0,50	0,50	12,80	30,00
4	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	50	117,2	3,38	0,44	25,08	3,39
5														
6														
			535	662,04				108,52	595	804,9				127,18

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб	5-11 классы					
									вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	104	Суп с мясными фрикадельками	270	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19	270	136,56	6,18	5,52	15,54	16,19
2	267	Шницель натуральный рубл.	90	310,08	15,84	22,56	10,92	45,39	100	344,53	17,6	25,07	12,13	49,95
3	302	Каша вязкая (пшеничная)	150	142,8	3,2	5,2	20,8	5,95	180	171,36	3,84	6,24	24,96	6,27
4	ПР	Хлеб пшеничный	40	93,76	2,7	0,34	20,06	2,71	65	152,36	4,39	0,55	32,6	4,41
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	349	Компот из сухофруктов	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6	200	106	0,66	0,09	32,01	7,6
7	ПР	Кисломолочный продукт (в индивидуал. пром. упаковке)	450	225,45	11,24	12,5	23,59	85	180	90,18	4,14	4,42	5,66	35
		Итого	1220	1055,61				164,13	1035	1082,91				122

Шеф-повар *Бойко*

Бойко Г. П.



Меню на 25.10.2024 г.

Завтрак

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб						
									вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	260/309	Птица в соусе с томатами/Макаронные изделия отварные с маслом	240,00	433,02	24,95	22,82	31,97	37,28	290	540,4	31,75	28,89	38,36	46,04
2	379	Напиток кофейный на молоке	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60	200,00	92,90	2,90	2,50	14,70	8,60
3	71	Овощи свежие (огурцы)	70,00	9,87	0,49	0,07	1,32	11,04	100	14,10	0,70	0,10	1,89	15,68
4	ПР	Хлеб ржаной	25,00	51,20	1,66	0,30	10,46	1,61	35	71,68	2,33	0,42	14,64	2,26
5	ПР	Хлеб пшеничный	40,00	93,76	2,70	0,34	20,06	2,71	45	105,48	3,04	0,39	22,57	3,05
6	ПР	Кисломолочный продукт	150	75,15	3,45	3,68	4,72	37,00						
			725	755,90				98,24	670	824,56				75,63

Обед

1-4 классы

5-11 классы

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюд	вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб						
									вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	стоимость, руб
1	82	Борщ с капустой и картофелем	250	95,2	1,8	4,92	10,93	4,5	250	95,2	1,8	4,92	10,93	4,5
2	261	Печень тушенная в соусе	100	156	13,3	8,8	5,7	37,32	120	187,2	15,96	10,56	6,84	44,78
3	205	Макаронные изделия отварные с овощами	150	181,42	5,17	5,99	28,52	11,68	180	217,7	6,14	7,11	33,85	14,05
4	ПР	Хлеб пшеничный	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07	60	140,64	4,05	0,51	30,09	4,07
5	ПР	Хлеб ржаной	20	40,96	1,33	0,24	8,37	1,29	40	81,92	2,66	0,48	16,74	2,58
6	376	Чай с сахаром	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08	200	60,46	0,06	0,02	10,4	1,08
7	ПР	Кондитерское изделие (вафли молочные)	40	231,55	2,49	12,96	26,24	12,8	35	202,6	2,18	11,34	22,96	11,2
8	ПР	Молоко 3,2% (в индивиду.пром.упаковке)	200	106,6	5	5	13,6	35	200	106,6	5	5	13,6	35
			1020	1012,83				107,74	1085	1092,32				117,26

Шеф-повар

Бойко

Бойко Г.П.