



Согласовано

Директор МАОУ-СОШ № 1
ст. Калининской

Шаплинкина Т.Х. /

Утверждаю

Организатор питания
ИП Фирсанова Татьяна Викторовна

Фирсанова
Татьяна / Фирсанова Т.В. /
Викторовна



МЕНЮ на 04.04 2024 г.

неделя 2

день 10

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Тефтели рыбные со сметанным соусом	100/40	215,58	12,74	11,87	16,96	50,8
Пюре картофельное	150	137,25	3,06	4,8	20,43	16,9
Кисель плодово-ягодный вит.	200	92	0	0	23	23,6
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Пюре из моркови	90	52,2	1,35	3,9	5,9	7,68
ИТОГО прием пищи	635	624,84	21,03	21,14	93,07	103,63

ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Борщ с капустой и картофелем	200	83	1,44	3,94	8,74	11,56
Салат из моркови с сахаром	70	49,02	0,73	0,05	6,88	9,47
Плов	150	408	12,62	28,17	25,89	40,71
Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0,2	6,5	14
Сыр Российский	25	90	5,8	7,37	0	22,35
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
ИТОГО прием пищи	700	784,63	24,67	40,3	74,79	102,74

Повар

Фирсанова

Дронь Е.А.



Директор МАОУ СОШ № 1

ст. Калининской

Шаплинкина Т.Х. /

Организатор питания

ИП Фирсанова Татьяна Викторовна

Фирсанова / Фирсанова Т.В. /

МЕНЮ на 04.04. 2024 г.

неделя 2 день 10

Категория школьников

с 12 лет

ЗАВТРАК						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Тефтели рыбные со сметанным соусом	100/40	225,58	12,74	11,87	16,96	50,8
Пюре картофельное	150	137,25	3,06	4,8	20,43	16,9
Кисель витаминизированный	200	92	0	0	23	23,6
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,14
ИТОГО прием пищи	565	628,62	20,8	17,46	97,05	98,02
ОБЕД						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Борщ с капустой и картофелем	250	103,75	1,8	4,92	10,92	12,6
Салат из моркови с сахаром	100	81,7	1,22	0,08	11,47	15,78
Плов	180	439,6	16,82	25,56	34,52	42,7
Кофейный напиток	200	86	3,8	2,9	11,3	14
Сыр Российский	25	90	5,8	7,37	0	22,35
Кондитерское изделие (печенье)	20	75,6	1,66	0,78	15,41	4,02
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	5,16
ИТОГО прием пищи	865	1086,29	37,74	42,53	127,3	118,68
Полдник						
наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Печень, тушенная в сметан. соусе	40/30	119,79	4,56	6,49	2,46	53,99
Пюре картофельное	100	91,5	0,14	2,03	13,62	11,26
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
Сок фруктовый яблочный	150	75	4,35	3,75	6	10,14
ИТОГО прием пищи	355	368,12	11,81	12,62	38,98	77,97

Повар

Дронь Дронь Е.А.