



Согласовано  
 Директор МАОУ СОШ № 1  
 ст. Калининской

/ Шаплинкина Т.Х. /



Утверждаю  
 Организатор питания  
 ИП Фирсанова Татьяна Викторовна

Фирсанова Т.В. /

МЕНЮ на 05.04. 2024 г.  
 неделя 1

день 1

Категория школьников

7-11 лет

| ЗАВТРАК                       |                   |                               |                  |              |              |                 |
|-------------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|--------------|--------------|-----------------|
| наименование блюда            | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества |              |              | стоимость, руб. |
|                               |                   |                               | белки            | жиры         | углеводы     |                 |
| Плов из птицы                 | 150               | 229                           | 12,71            | 7,85         | 26,8         | 34,36           |
| Напиток витаминизированный    | 200               | 92                            | 0                | 0            | 23           | 23,52           |
| Салат из белокочанной капусты | 100               | 60,4                          | 1,3              | 3,25         | 6,47         | 7,47            |
| 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            |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>       | <b>505</b>        | <b>509,21</b>                 | <b>17,89</b>     | <b>11,67</b> | <b>83,05</b> | <b>70</b>       |

| ОБЕД                       |                   |                               |                  |              |              |                 |
|----------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|--------------|--------------|-----------------|
| наименование блюда         | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества |              |              | стоимость, руб. |
|                            |                   |                               | белки            | жиры         | углеводы     |                 |
| Рассольник Ленинградский   | 200               | 85,8                          | 1,61             | 4,07         | 9,58         | 9,05            |
| Салат из моркови с сахаром | 60                | 49,02                         | 0,73             | 0,05         | 6,88         | 12,23           |
| Омлет с сыром              | 150               | 316                           | 19               | 25,4         | 3            | 44,4            |
| Компот из сухофруктов      | 200               | 81                            | 0,5              | 0            | 19,8         | 4,74            |
| Фрукты свежие (яблоко)     | 150               | 70,5                          | 0,6              | 0,6          | 14,7         | 15,8            |
| 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            |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>    | <b>835</b>        | <b>776,11</b>                 | <b>27,44</b>     | <b>30,91</b> | <b>90,62</b> | <b>92,94</b>    |

Повар

*Дронь*

Дронь Е.А.



Согласовано

Директор МАОУ-СОШ № 1  
ст. Калининской

/ Шаплинкина Т.Х. /

Утверждаю

Организатор питания  
ИП Фирсанова Татьяна Викторовна

Фирсанова  
Татьяна  
Викторовна

/ Фирсанова Т.В. /



МЕНЮ на 05.04. 2024 г.

неделя 1

день 1

Категория школьников

с 12 лет

| ЗАВТРАК                        |                   |                               |                  |              |                |                 |
|--------------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|--------------|----------------|-----------------|
| наименование блюда             | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества |              |                | стоимость, руб. |
|                                |                   |                               | белки            | жиры         | углеводы       |                 |
| Плов из птицы                  | 250               | 381,67                        | 21,17            | 13,07        | 44,367         | 59,44           |
| Напиток витаминизированный     | 200               | 92                            | 0                | 0            | 23             | 23,52           |
| Салат из белокочанной капусты  | 100               | 60,4                          | 1,3              | 3,25         | 6,47           | 7,47            |
| 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            |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>        | <b>605</b>        | <b>661,88</b>                 | <b>26,35</b>     | <b>16,89</b> | <b>100,617</b> | <b>95,08</b>    |
| ОБЕД                           |                   |                               |                  |              |                |                 |
| наименование блюда             | выход порции, гр. | энергетическая ценность, ккал | пищевые вещества |              |                | стоимость, руб. |
|                                |                   |                               | белки            | жиры         | углеводы       |                 |
| Рассольник Ленинградский       | 250               | 107,25                        | 2,02             | 5,1          | 11,97          | 10,45           |
| Салат из моркови с сахаром     | 100               | 81,7                          | 1,22             | 0,08         | 11,47          | 15,78           |
| Омлет с сыром                  | 200               | 429,34                        | 25,34            | 33,86        | 4              | 55,83           |
| Компот из сухофруктов          | 200               | 81                            | 0,5              | 0            | 19,8           | 4,74            |
| Фрукты свежие (яблоко)         | 150               | 70,5                          | 0,6              | 0,45         | 15,45          | 15,8            |
| Хлеб пшеничный                 | 70                | 163,66                        | 5,52             | 0,7          | 33,8           | 5,16            |
| Хлеб ржано-пшеничный           | 40                | 91,96                         | 2,24             | 0,44         | 19,76          | 4,14            |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>        | <b>1010</b>       | <b>1025,41</b>                | <b>37,44</b>     | <b>40,63</b> | <b>116,25</b>  | <b>111,9</b>    |
| ПОЛДНИК                        |                   |                               |                  |              |                |                 |
| наименование блюда             | выход порции, гр. | энергетическая ценность       | пищевые вещества |              |                | стоимость, руб. |
|                                |                   |                               | белки            | жиры         | углеводы       |                 |
| Чай с сахаром                  | 200               | 26,8                          | 0,2              | 0            | 6,5            | 1,55            |
| Кондитерское изделие (Печенье) | 20                | 55,6                          | 1,66             | 0,79         | 15,41          | 4,02            |
| Сыр Российский                 | 10                | 36                            | 2,32             | 2,95         | 0              | 8,94            |
| Хлеб пшеничный                 | 35                | 81,83                         | 2,76             | 0,35         | 16,9           | 2,58            |
| Фрукты свежие (яблоко)         | 130               | 61,1                          | 0,52             | 0,52         | 12,74          | 11,59           |
| <b>ИТОГО прием пищи</b>        | <b>395</b>        | <b>261,33</b>                 | <b>7,46</b>      | <b>4,61</b>  | <b>51,55</b>   | <b>28,68</b>    |

Повар

*Дронь*

Дронь Е.А.