



Согласовано  
Директор МАОУ-СОШ № 1  
ст. Калининской

Шалинкина Т.Х. /

Утверждаю

Организатор питания

ИП Фирсанова Татьяна Викторовна



Фирсанова Т.В. /

МЕНЮ на 15.04. 2024 г.

неделя 2

день 7

Категория школьников

7-11 лет

### ЗАВТРАК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Омлет натуральный	155	231,04	10,63	7,48	2,79	39,43
Морковь тушенная с яблоками	80	62,48	0,94	2,9	8,05	7,97
Фрукты свежие (яблоко)	110	51,7	0,44	0,44	10,78	11,59
Масло сливочное	10	66	0,08	7,25	0,13	8,16
Кофейный напиток	200	86	3,8	2,9	11,3	14
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>610</b>	<b>625,03</b>	<b>19,77</b>	<b>21,54</b>	<b>59,83</b>	<b>85,8</b>

### ОБЕД

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Салат овощной с яблоками	60	21,06	0,7	0,11	4,32	7,6
Щи из свежей капусты со сметаной	200	72,08	1,62	4,92	5,28	5,91
Рагу из птицы	175	217	12,56	11,72	15,2	17,02
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	5,16
Сок фруктовый яблочный	200	84,8	1	0	20,2	13,52
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
Кондитерское изделие (печенье)	30	113,4	2,49	1,18	23,12	6,03
<b>ИТОГО прием пищи</b>	<b>755</b>	<b>717,98</b>	<b>25,01</b>	<b>18,85</b>	<b>111,8</b>	<b>57,31</b>

Повар

Дронь

Дронь Е.А.



Согласовано  
Директор МАОУ СОШ № 1  
г. Калининской

/ Шаплинкина Т.Х. /



Утверждаю  
Организатор питания  
ИП Фирсанова Татьяна Викторовна

Фирсанова Татьяна Викторовна  
/ Фирсанова Т.В. /

МЕНЮ на 15.04. 2024 г.  
неделя 2

день 7

Категория школьников

с 12 лет

### ЗАВТРАК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Омлет натуральный	155	231,04	10,63	17,48	2,79	39,43
Морковь тушенная с яблоками	100	78,1	1,18	3,63	10,06	11,87
Фрукты свежие (яблоко)	110	51,7	0,44	0,44	10,78	11,59
Масло сливочное	10	66	0,08	7,25	0,13	8,16
Кофейный напиток	200	86	3,8	2,9	11,3	14
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>630</b>	<b>640,65</b>	<b>20,01</b>	<b>32,27</b>	<b>61,84</b>	<b>89,7</b>

### ОБЕД

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Щи из свежей капусты со сметаной	250	100,9	2,02	6,15	6,6	6,13
Салат овощной с яблоками	100	35,1	1,17	0,18	7,2	12,66
Рагу из птицы	230	285,2	16,51	15,41	19,98	28,4
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	5,16
Сок фруктовый яблочный	200	84,8	1	0	20,2	13,52
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,14
Кондитерское изделие (печенье)	25	94,5	2,07	0,98	19,26	5,03
<b>ИТОГО прием пищи</b>	<b>915</b>	<b>856,12</b>	<b>30,53</b>	<b>23,86</b>	<b>126,8</b>	<b>75,04</b>

### ПОЛДНИК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Макаронные изделия отварные	80	89,84	0,28	2,4	14,1	16,28
Салат из моркови с яблоками	100	39,9	1,07	0,17	8,52	10,9
Кофейный напиток	200	86	3,8	2,9	11,3	14
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,14
<b>ИТОГО прием пищи</b>	<b>420</b>	<b>307,7</b>	<b>7,39</b>	<b>5,91</b>	<b>53,68</b>	<b>45,32</b>

Повар

*Дронь*

Дронь Е.А.