

Утверждаю
 Директор МОУ С. Казачинская СОШ
 А. В. Виноградов

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2025 учебный год

День: второй
 Неделя: первая
 Сезон: осень-зима
 Категория на 70 руб.
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 01.04.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	5	6	7	8	9	
ЗАВТРАК								
№312	Картофельное пюре	120	109,76	2,45	3,84	16,35	19,89	
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,36	
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,75	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
№10	Горошек консервированный	60	50,11	1,78	3,11	3,75		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			510	457,65	15,20	13,33	69,22	85,16
ОБЕД								
№99	Суп из овощей	250	94,12	2,59	5,24	9,15		
№202	Макаронны отварные	180	202,25	6,61	5,41	31,78		
№274	Зразы рубленые	100	177,19	8,59	12,07	8,55		
№384	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36		
№330	Соус сметанный	30	22,13	0,42	1,49	1,76		
ИТОГО ЗА ОБЕД			840	771,53	24,79	25,13	111,55	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1350	1229,18	39,99	38,46	180,77	85,16

Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А. В. Виноградов



Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2025 учебный год

День: втора
 Неделя: первая
 Сезон: осень-зима
 Категория на 104 руб.
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

01.04.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции (на 7-11 лет)	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК (категория с 7-11 лет)							
№312	Картофельное пюре	120	109,76	2,45	3,84	16,35	19,89
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,36
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,75
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16
№10	Горошек консервированный	60/36	50,11	1,78	3,11	3,75	18,84
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	457,65	15,20	13,33	69,22	104,00
ОБЕД							
№99	Суп из овощей	200	70,23	1,27	3,99	7,31	
№202	Макаронные отварные	150	168,39	5,51	4,51	26,49	
№274	Зразы рубленые	100	177,19	8,59	12,07	8,55	
№330	Соус сметанный	30	22,13	0,42	1,49	1,76	
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	
ИТОГО ЗА ОБЕД			713,78	22,37	22,98	104,42	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		510	1171,43	37,57	36,31	173,64	104,00

Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2025 учебный год

День: второй
 Неделя: первая
 Категория на 178 руб.
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

01.04.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции (на 7-11 лет)	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	5	6	7	8	9	
ЗАВТРАК								
№312	Картофельное пюре	120	109,76	2,45	3,84	16,35	19,89	
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,36	
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,75	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
№10	Горошек консервированный	60	50,11	1,78	3,11	3,75		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			510	457,65	15,20	13,33	69,22	85,16
ОБЕД								
№99	Суп из овощей	200	70,23	1,27	3,99	7,31		
№202	Макаронь отварные	150	168,39	5,51	4,51	26,49	16,9	
№274	Зразы рубленые	100	177,19	8,59	12,07	8,55	68,75	
№330	Соус сметанный	30	22,13	0,42	1,49	1,76	1,75	
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63	1,75	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	3,33	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	3,33	
ИТОГО ЗА ОБЕД				713,78	22,37	22,98	104,42	94,06
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			510	1171,43	37,57	36,31	173,64	179,22

Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2025 учебный год

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: осень- зима

Категория на 201 руб.

Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

01.04.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции (на 7-11 лет)	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК							
№312	Картофельное пюре	120	109,76	2,45	3,84	16,35	19,89
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,36
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,75
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16
№10	Горошек консервированный	60/19	50,11	1,78	3,11	3,75	10,12
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	457,65	15,20	13,33	69,22	95,28
№99	Суп из овощей	250	94,12	2,59	5,24	9,15	
№302	Макароньы отварные	180	202,25	6,61	5,41	31,78	18,55
№274	Зразы рубленые	100	177,19	8,59	12,07	8,55	68,75
№330	Соус сметанный	30	22,13	0,42	1,49	1,76	4,34
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63	10,75
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	3,33
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	
ИТОГО ЗА ОБЕД			771,53	24,79	25,13	111,55	105,72
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		510	1229,18	39,99	38,46	180,77	201,00

Утверждено:
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2025 учебный год

День: второй
 Неделя: первая
 Сезон: осень-зима
 Категория на 120 руб.
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата: 01.04.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	5	6	7	8	9	
ЗАВТРАК								
№312	Картофельное пюре	150	137,16	3,06	4,80	20,43	24,83	
№234	Котлета рыбная	100	143,29	8,23	7,05	11,73	86,28	
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,75	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
№10	Горошек консервированный	65	83,46	2,96	5,18	6,25		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			600	541,27	18,27	17,55	77,56	117,02
ОБЕД								
№99	Суп из овощей	250	94,12	2,59	5,24	9,15		
№202	Макаронны отварные	180	202,25	6,61	5,41	31,78		
№274	Зразы рубленные	100	177,19	8,59	12,07	8,55		
№330	Соус томатный	30	22,13	0,42	1,49	1,76		
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36		
ИТОГО ЗА ОБЕД			771,53	24,79	25,13	111,55	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			600	1312,80	43,06	42,68	189,11	117,02