

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



День: шестой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория: платная  
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 03.02.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции (на 7-11 лет)	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
№182	Каша пшениная молочная	250	337,67	8,93	13,95	44,10	33,72
№3	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/20	254,46	8,67	13,65	24,28	40,70
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,50
Пром.вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	26,50
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		630	747,09	19,17	28,12	104,38	102,42
<b>ОБЕД</b>							
№104	Суп с мясными фрикадельками	250	95,34	2,19	2,78	15,39	
№302	Каша гречневая	180	181,8	5,4	6,12	26,28	
№318	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	
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	
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		810	677,28	19,67	16,92	111,58	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1440	1424,37	38,84	45,04	215,96	102,42

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

День: шестой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 201 руб.  
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 03.02.2025 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
№182	Каша пшеничная молочная	250	270,16	7,15	11,16	35,28	33,72
№3	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/20	254,46	8,67	13,65	24,28	40,70
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,50
	Банан	74	94,50	1,50	0,50	21,00	19,76
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			580	679,58	17,39	25,33	95,56
<b>ОБЕД</b>							
№104	Суп с мясными фрикадельками	250	95,34	2,19	2,78	15,39	
№302	Каша гречневая	180	181,8	5,4	6,12	26,28	13,92
№318	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	69,3
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	3,2
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	3,20
№348	Компот из кураги	200	114,00	0,78	0,04	27,63	10,79
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			810	1043,70	26,21	31,97	162,83
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			1390	1723,28	43,60	57,30	258,39
							201,00



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



День: шестой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 178 руб.  
 Возрастная категория: с 7-11 лет

Дата: 03.02.2025 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
№182	Каша пшениная молочная	195/5	270,16	7,15	11,16	35,28	23,76
№3	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/20	254,65	8,67	13,65	24,28	40,70
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,50
Пром.вып.	Банан	57	94,50	1,50	0,50	21,00	13,95
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		580	679,77	17,39	25,33	95,56	79,91
<b>Обед</b>							
№104	Суп с мясными фрикадельками	200	76,3	1,75	2,22	12,33	
№302	Каша гречневая	150	151,5	4,5	5,1	21,9	11,6
№318	Капуста тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	69,3
Пром.вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	3,2
Пром.вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	3,20
№348	Компот из кураги	200	114,00	0,78	0,04	27,63	10,79
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		730	627,94	18,33	15,34	104,14	98,09
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1310	1307,71	35,72	40,67	199,70	178,00



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

День: шестой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 120 руб.  
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 03.02.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
№182	Каша пшениная молочная	250	337,67	8,93	13,95	44,10	33,72	
№376	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/20	254,65	8,67	13,65	24,28	40,70	
Пром.вып.	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,50	
Пром.вып.	Банан	182	94,50	1,50	0,50	21,00	44,08	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		630	747,28	19,17	28,12	104,38	120,00	
<b>ОБЕД</b>								
№104	Суп с мясными фрикадельками	250	95,34	2,19	2,78	15,39		
№302	Каша гречневая	180	181,8	5,4	6,12	26,28		
№318	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6		
Пром.вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32		
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63		
Пром.вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		810	677,28	19,67	16,92	111,58	0	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1440	1424,56	38,84	45,04	215,96	120,00	



Утверждено  
 Директор МОУ «Средняя школа СОШ»  
 А. В. Виноградов



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

День: шестой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 104 руб.  
 Возрастная категория: с 7-11 лет

с 7-11 лет

Дата:

03.02.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции (на 7-11 лет)	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
№182	Каша пшеничная молочная	195/5	270,16	7,15	11,16	35,28	23,76
№3	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/20	254,46	8,67	13,65	24,28	40,70
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,50
Пром. вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	38,04
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		580	679,58	17,39	25,33	95,56	104,00
№104	Суп с мясными фрикадельками	200	76,3	1,75	2,22	12,33	
№302	Каша гречневая	150	151,5	4,5	5,1	21,9	
№318	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	
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	
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		730	627,94	18,33	15,34	104,14	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1310	1307,52	35,72	40,67	199,70	104,00

Утверждено:  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

День: шестой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 70 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

03.02.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
№182	Каша пшениная молочная	195/5	270,16	7,15	11,16	35,28	23,76
№3	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/20	254,46	8,67	13,65	24,28	40,70
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,50
Пром. вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		580	679,58	17,39	25,33	95,56	65,96
<b>ОБЕД</b>							
№104	Суп с мясными фрикадельками	250	95,34	2,19	2,78	15,39	
№302	Каша гречневая	180	181,8	5,4	6,12	26,28	
№318	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		810	677,28	19,67	16,92	111,58	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1390	1356,86	37,06	42,25	207,14	65,96