

Утверждаю  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А. В. Виноградов



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

День: сельмой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 178 руб.  
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

04.03.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
1	2	3	5	6	7	8	9	
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,75	
№377	Чай с сахаром	200	61,46	0,07	0,02	15,00	1,75	
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			520	746,03	21,18	15,83	129,46	80,66
<b>ОБЕД</b>								
№181	Суп рыбный с горбушей	200	103,42	6,87	6,72	11,46		
№302	Каша перловая	150	179,09	3,35	4,33	31,68	10,75	
№278	Тефтели мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25	77,7	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	4,26	
№377	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	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>				684,48	24,39	21,94	104,96	98,62
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			520	1430,51	45,57	37,77	234,42	179,28

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



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

Дата: 04.03.2025 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,75
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,35
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16
Пром. Вып.	Вафли	70/45	245,07	1,96	2,31	54,11	21,74
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>520</b>	<b>746,07</b>	<b>21,24</b>	<b>15,83</b>	<b>129,66</b>	<b>104,00</b>
<b>ОБЕД</b>							
№181	Суп рыбный с горбушей	200	103,42	6,87	6,72	11,46	
№302	Каша перловая	150	179,09	3,35	4,33	31,68	
№278	Тефтели мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>760</b>	<b>738,06</b>	<b>24,48</b>	<b>22,04</b>	<b>118,04</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1280</b>	<b>1484,13</b>	<b>45,72</b>	<b>37,87</b>	<b>247,70</b>	<b>104,00</b>



Утвержден  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

День: сельмой

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Категория на 201 руб.

Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

04.03.2025 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>									
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,25		
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,35		
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16		
Пром. Вып.	Вафли	70/20	245,07	1,96	2,31	54,11	9,54		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>				<b>520</b>	<b>746,07</b>	<b>21,24</b>	<b>15,83</b>	<b>129,66</b>	<b>91,30</b>
<b>ОБЕД</b>									
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32			
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01	10,75		
№278	Тефтели мясные 1 вариант	100	151,07	7,83	8,75	10,25	77,7		
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	4,26		
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08	17,95		
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>				<b>840</b>	<b>1191,84</b>	<b>29,37</b>	<b>21,64</b>	<b>219,90</b>	<b>109,70</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>					<b>1937,91</b>	<b>50,61</b>	<b>37,47</b>	<b>349,56</b>	<b>201,00</b>

Утверждено  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А. В. Виноградов



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

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

Дата: 04.03.2025 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>								
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,75	
№377	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	3,35	
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>520</b>	<b>745,03</b>	<b>21,18</b>	<b>15,83</b>	<b>129,46</b>	<b>82,26</b>
<b>ОБЕД</b>								
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32		
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01		
№278	Тертель мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25		
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4		
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>840</b>	<b>837,58</b>	<b>26,86</b>	<b>24,58</b>	<b>127,23</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>1360</b>	<b>1582,61</b>	<b>48,04</b>	<b>40,41</b>	<b>256,69</b>	<b>82,26</b>

Утверждено  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

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

Дата: 04.03.2025 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
№291	Плов из курицы	250	403,25	19,00	16,25	45,25	79,90
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,35
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11	33,25
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>570</b>	<b>826,72</b>	<b>25,04</b>	<b>19,08</b>	<b>138,71</b>	<b>120,66</b>
<b>ОБЕД</b>							
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32	
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01	
№278	Тефтели мясные 1	100	151,07	7,83	8,75	10,25	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>840</b>	<b>837,58</b>	<b>26,86</b>	<b>24,58</b>	<b>127,23</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1410</b>	<b>1664,30</b>	<b>51,90</b>	<b>43,66</b>	<b>265,94</b>	<b>120,66</b>



Утверждено:  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А. В. Виноградов



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

День: сельмой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 120 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

04.03.2025 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>								
№291	Плов из курицы	250	403,25	19,00	16,25	45,25	79,90	
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,35	
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11	33,25	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>570</b>	<b>826,72</b>	<b>25,04</b>	<b>19,08</b>	<b>138,71</b>	<b>120,66</b>
<b>ОБЕД</b>								
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32		
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01		
№278	Тефтели мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25		
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4		
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>840</b>	<b>837,58</b>	<b>26,86</b>	<b>24,58</b>	<b>127,23</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>1410</b>	<b>1664,30</b>	<b>51,90</b>	<b>43,66</b>	<b>265,94</b>	<b>120,66</b>