

Утверждаю  
 Директор МОУ Казанская СОШ  
 А.В. Виноградов

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

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

Дата: 08.04.2025 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,87
№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.	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>80,78</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>1360</b>	<b>1582,61</b>	<b>48,04</b>	<b>40,41</b>	<b>256,69</b>	<b>80,78</b>

Утверждено:  
 Директор МОУ Казаньская СОШ  
 А.В. Виноградов

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

День: сельской  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 104 руб.  
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

08.04.2025 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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,87	
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,68	
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	21,60	
<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>104,31</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>104,31</b>



Утверждено  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

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

Дата: 08.04.2025 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
№291	Плов из курицы	250	403,25	19,00	16,25	45,25	80,00
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,68
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16
Пром. Вып.	Вафли	67	245,07	1,96	2,31	54,11	32,16
<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>120,00</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>120,00</b>

Утверждаю  
 Директор МОУ Качагинская СОШ  
 А. В. Виноградов

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

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

Дата: 08.04.2025 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,87
№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>		<b>520</b>	<b>746,03</b>	<b>21,18</b>	<b>15,83</b>	<b>129,46</b>	<b>80,78</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	8,98
№278	Тертель мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25	78,58
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	4,34
№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>			<b>684,48</b>	<b>24,39</b>	<b>21,94</b>	<b>104,96</b>	<b>97,81</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>520</b>	<b>1430,51</b>	<b>45,57</b>	<b>37,77</b>	<b>234,42</b>	<b>178,59</b>



Утверждаю:  
 Директор МОУ Казаринская СОШ  
 А. В. Виноградов

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

День: сельмой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 201 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

08.04.2025 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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	74,87	
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,68	
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	7,48	
<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>90,19</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	8,98	
№278	Тертелли мясные I вариант	100	151,07	7,83	8,75	10,25	78,58	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	4,34	
№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>199,89</b>

Утверждено:  
 Директор МБОУ «Казачинская СОШ»  
 А.В. Виноградов



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

День: седьмой  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень- зима  
 Категория плантая  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

08.04.2025 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	
<b>ЗАВТРАК</b>								
№291	Плов из курицы	250	403,25	19,00	16,25	45,25	80,00	
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,68	
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	33,60	
<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>121,44</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	Тертелги 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>121,44</b>