

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



Директор МОУ Казачинская СОШ
А.В. Виноградов

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

с 12-18 лет

Дата:

11.03.2025 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	
ЗАВТРАК								
№312	Картофельное пюре	150	137,16	3,06	4,80	20,43	22,27	
№234	Котлета рыбная	100	143,29	8,23	7,05	11,73	86,22	
№376	Чай с сахаром и лимоном	200	60,46	0,07	0,02	15,00	3,35	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50/2	116,90	3,95	0,50	24,15	8,32	
№10	Горошек консервированный	65	83,46	2,96	5,18	6,25		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			600	541,27	18,27	17,55	77,56	120,16
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		
№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			600	771,53	24,79	25,13	111,55	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			600	1312,80	43,06	42,68	189,11	120,16

Утверждена
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов



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

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

с 7-11 лет

Дата: 11.03.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции (на 7-11 лет)	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК (категория с 7-11 лет)								
1	2	3	5	6	7	8	9	
№312	Картофельное пюре	120	109,76	2,45	3,84	16,35	17,84	
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,32	
№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	60/41	50,11	1,78	3,11	3,75	20,93	
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	Макаронны отварные	150	168,39	5,51	4,51	26,49		
№274	Зразы рубленные	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			510	713,78	22,37	22,98	104,42	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			510	1171,43	37,57	36,31	173,64	104,00



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

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

Дата: 11.03.2025 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	
ЗАВТРАК								
№312	Картофельное пюре	120	109,76	2,45	3,84	16,35	17,84	
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,32	
№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	83,07
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	83,07

Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 В.А. Билин



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:

11.02.2025 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	17,84
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,32
№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	60/26	50,11	1,78	3,11	3,75	13,21
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	457,65	15,20	13,33	69,22	96,28
№99	Суп из овощей	250	94,12	2,59	5,24	9,15	
№302	Макаронны отварные	180	202,25	6,61	5,41	31,78	18,2
№274	Зразы рубленые	100	177,19	8,59	12,07	8,55	67,98
№330	Соус сметанный	30	22,13	0,42	1,49	1,76	4,46
№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	104,72
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		510	1229,18	39,99	38,46	180,77	201,00

Утверждаю
 Директор МБОУ 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 178 руб.
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

11.03.2025 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
ЗАВТРАК							
№312	Картофельное пюре	120	109,76	2,45	3,84	16,35	22,27
№234	Котлета рыбная	75/5	120,42	6,95	5,86	9,97	59,32
№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	4,00
№10	Горошек консервированный	60	50,11	1,78	3,11	3,75	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	457,65	15,20	13,33	69,22	87,34
ОБЕД							
№99	Суп из овощей	200	70,23	1,27	3,99	7,31	
№202	Макароны отварные	150	168,39	5,51	4,51	26,49	16,6
№274	Зразы рубленные	100	177,19	8,59	12,07	8,55	67,98
№330	Соус сметанный	30	22,13	0,42	1,49	1,76	
№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			713,78	22,37	22,98	104,42	98,66
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		510	1171,43	37,57	36,31	173,64	186,00

Утверждено
 Директор МОУ Кадетская СОШ
 Д.А.В. Виноградов



Примерное 10-ти дневное меню МОУ Кадетская СОШ на 2024-2025 учебный год

День: второй
 Неделя: первая
 Сезон: осень-зима
 Категория платная
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

11.03.2025 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		
ЗАВТРАК									
№312	Картофельное пюре	150	137,16	3,06	4,80	20,43	22,27		
№234	Котлета рыбная	100	143,29	8,23	7,05	11,73	86,22		
№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	4,46		
№10	Горошек консервированный	100	83,46	2,96	5,18	6,25	74,74		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				18,27	17,55	77,56	189,44		
ОБЕД									
ИТОГО ЗА ОБЕД				0	0	0	0		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				600	541,27	18,27	17,55	77,56	189,44