

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



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

Дата: 14.03.2025 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									
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19		
№271	Котлеты мясные	80	253,40	16,20	17,40	8,00	64,18		
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,55		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16		
Пром. вып.	Яблоко	100/49	44,40	0,40	0,40	9,80	13,66		
№366	Соус томатный	30	22,30	0,34	1,26	2,40	4,26		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				580	623,47	25,54	20,11	85,08	104,00
ОБЕД									
№88	Щи из свежей капусты	200/10	71,56	2,21	4,16	6,32			
№438	Азу	200	204	12,6	8	20,4			
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15			
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36			
№342	Компот из вишни	200	113,8	0,4	0,2	27,6			
ИТОГО ЗА ОБЕД				700	574,58	21,8	13,34	91,83	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				1280	1198,05	47,34	33,45	176,91	104,00



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

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

Дата: 14.03.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19	
№271	Котлеты мясные	80/40	253,40	16,20	17,40	8,00	32,09	
№377	Чай с сахаром	200	61,50	0,13	0,02	15,20	1,75	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
№366	Соус томатный	30	22,30	0,34	1,26	2,40		
Пром. вып.	Яблоко	100	44,40	0,40	0,40	9,80		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 1		450	623,47	25,54	20,11	85,08	52,19	
ОБЕД								
№88	Щи из свежей капусты	250/10	85,79	2,41	4,95	7,9		
№438	Азу	250	255	15,75	10	25,5		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15		
№342	Компот из вишни	200	113,8	0,4	0,2	27,6		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36		
ИТОГО ЗА ОБЕД			639,81	25,15	16,13	98,51	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		450	1263,28	50,69	36,24	183,59	52,19	



Утәсілдік және
Директор МҚО «Қазықшынская СОШ»
А.В. Вайтов Вайтов

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

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

с 12-18 лет

Дата:

14.03.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.		
				Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК									
№202	Макаронны отварные	150	168,39	5,51	4,51	26,49	16,60		
№271	Котлеты мясные	100	316,75	20,25	21,75	10,00	79,45		
№366	Соус томатный	30	22,30	0,34	1,26	2,40	4,26		
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,55		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16		
Пром. вып.	Яблоко	43	44,40	0,40	0,40	9,80	11,98		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				630	730,24	30,58	28,44	88,04	120,00
ОБЕД									
№88	Щи из свежей капусты	250/10	85,79	2,41	4,95	7,9			
№438	Азу	250	255	15,75	10	25,5			
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15			
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36			
№342	Компот из вишни	200	113,8	0,4	0,2	27,6			
ИТОГО ЗА ОБЕД				630	639,81	25,15	16,13	98,51	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				630	1370,05	55,73	44,57	186,55	120,00

Утверждено:
 Директор МОУ Казахская СОШ
 А.В. Виноградова



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

День: пятый
 Неделя: первая
 Сезон: осень-зима
 Категория на 178 руб.
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата: 14.03.2025 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									
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19		
№271	Котлеты мясные	80	253,40	16,20	17,40	8,00	64,18		
№366	Соус томатный	30	22,30	0,34	1,26	2,40	4,26		
№377	Чай с сахаром	200	61,50	0,13	0,02	15,20	1,75		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16		
Пром. вып.	Яблоко	100	44,40	0,40	0,40	9,80			
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				25,54	20,11	85,08	88,54		
ОБЕД									
№88	Щи из свежей капусты	200/10	71,56	2,21	4,16	6,32			
№438	Азу	180	204	12,6	8	20,4	83,55		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15	4,16		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36			
№342	Чай с сахаром	200	113,8	0,4	0,2	27,6	1,75		
ИТОГО ЗА ОБЕД									
				450	574,58	21,8	13,34	91,83	89,46
ИТОГО ЗА ДЕНЬ									
				1030	1198,05	47,34	33,45	176,91	178,00

Утверждено:
 Директор МБОУ Казачинская СОШ
 А. В. Виноградов



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

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

Дата: 14.03.2025 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								
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19	
№271	Котлеты мясные	80	253,40	16,20	17,40	8,00	64,18	
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	3,55	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром. вып.	Яблоко	0,1	44,40	0,40	0,40	9,80	4,26	
№366	Соус томатный	30	22,30	0,34	1,26	2,40	4,26	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				25,54	20,11	85,08	90,34	
ОБЕД								
№88	Щи из свежей капусты	250/10	85,79	2,41	4,95	7,9		
№438	Азу	200	255	15,75	10	25,5	95,07	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15	4,16	
№342	Компот из вишни	200	113,8	0,4	0,2	27,6	3,55	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40/2	68,32	2,64	0,48	13,36	9,99	
ИТОГО ЗА ОБЕД				800	639,81	25,15	16,13	112,77
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				1380	1263,28	50,69	36,24	203,11

