

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



Утвержден  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов

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

с 7-11 лет

Дата:

17.03.2025 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>							
№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	1,75
Пром. вып.	Банан	100/48	94,50	1,50	0,50	21,00	11,32
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>679,77</b>	<b>17,39</b>	<b>25,33</b>	<b>95,56</b>	<b>77,53</b>
<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	13,92
№318	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	69,27
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	3,33
№348	Компот из кураги	200	114,00	0,78	0,04	27,63	10,75
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>730</b>	<b>627,94</b>	<b>18,33</b>	<b>15,34</b>	<b>104,14</b>	<b>100,47</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1310</b>	<b>1307,71</b>	<b>35,72</b>	<b>40,67</b>	<b>199,70</b>	<b>178,00</b>

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 104 руб.  
 Возрастная категория: с 7-11 лет

Дата: 17.03.2025 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>							
№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	1,75
Пром. вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	38,04
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>679,58</b>	<b>17,39</b>	<b>25,33</b>	<b>95,56</b>	<b>104,25</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	
№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>		<b>730</b>	<b>627,94</b>	<b>18,33</b>	<b>15,34</b>	<b>104,14</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1310</b>	<b>1307,52</b>	<b>35,72</b>	<b>40,67</b>	<b>199,70</b>	<b>104,25</b>

Утвержден  
 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 201 руб.  
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 17.03.2025 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>							
№182	Каша пшениная молочная	250	270,16	7,15	11,16	35,28	33,77
№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	1,75
Пром.вып.	Банан	74	94,50	1,50	0,50	21,00	19,76
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>679,58</b>	<b>17,39</b>	<b>25,33</b>	<b>95,56</b>	<b>95,98</b>
<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	3,33
№348	Компот из кураги	200	114,00	0,78	0,04	27,63	10,79
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>810</b>	<b>1043,70</b>	<b>26,21</b>	<b>31,97</b>	<b>162,83</b>	<b>105,32</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1390</b>	<b>1723,28</b>	<b>43,60</b>	<b>57,30</b>	<b>258,39</b>	<b>201,30</b>

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 платная  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата: 17.03.2025 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>							
№182	Каша пшеничная молочная	250	337,67	8,93	13,95	44,10	33,77
№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	1,75
Пром.вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	24,50
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>630</b>	<b>747,09</b>	<b>19,17</b>	<b>28,12</b>	<b>104,38</b>	<b>100,72</b>
<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>		<b>810</b>	<b>677,28</b>	<b>19,67</b>	<b>16,92</b>	<b>111,58</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1440</b>	<b>1424,37</b>	<b>38,84</b>	<b>45,04</b>	<b>215,96</b>	<b>100,72</b>

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 120 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

17.03.2025 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>							
№182	Каша пшениная молочная	250	337,67	8,93	13,95	44,10	33,77
№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	1,75
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	120,30
<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	120,30

Утверждаю:  
 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: 17.03.2025г.

№ 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	254,46	8,67	13,65	24,28	40,70
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,75
Пром.вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>580</b>	<b>17,39</b>	<b>25,33</b>	<b>95,56</b>	<b>66,21</b>
<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>			<b>810</b>	<b>677,28</b>	<b>19,67</b>	<b>16,92</b>	<b>111,58</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>1390</b>	<b>1356,86</b>	<b>37,06</b>	<b>42,25</b>	<b>207,14</b>
							<b>66,21</b>