

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 70 руб.
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 20.01.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	5	6	7	8	9
ЗАВТРАК							
№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	1,50
Пром.вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	679,58	17,39	25,33	95,56	65,96
ОБЕД							
№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	
ИТОГО ЗА ОБЕД		810	677,28	19,67	16,92	111,58	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1390	1356,86	37,06	42,25	207,14	65,96

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:

20.01.2025 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							
№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	1,50
Пром.вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	38,04
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	679,58	17,39	25,33	95,56	104,00
№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	
ИТОГО ЗА ОБЕД		730	627,94	18,33	15,34	104,14	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1310	1307,52	35,72	40,67	199,70	104,00

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



Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

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

Дата: 00.01.2025 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								
№182	Каша пшениная молочная	250	337,67	8,93	13,95	44,10	33,72	
№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	1,50	
Пром. вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	44,08	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			630	747,28	19,17	28,12	104,38	120,00
ОБЕД								
№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		
ИТОГО ЗА ОБЕД			810	677,28	19,67	16,92	111,58	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1440	1424,56	38,84	45,04	215,96	120,00

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 178 руб.
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

20.01.2025 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								
№182	Каша пшеничная 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	1,50	
Пром. вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	13,95	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			580	679,77	17,39	25,33	95,56	79,91
Обед								
№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	11,6	
№318	Капустка 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	3,20	
№348	Компот из кураги	200	114,00	0,78	0,04	27,63	10,79	
ИТОГО ЗА ОБЕД			730	627,94	18,33	15,34	104,14	98,09
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1310	1307,71	35,72	40,67	199,70	178,00

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 201 руб.
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

20.01.2025 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							
№182	Каша пшеничная молочная	250	270,16	7,15	11,16	35,28	33,72
№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	1,50
Пром.вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	19,76
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	679,58	17,39	25,33	95,56	95,68
ОБЕД							
№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	3,20
№348	Компот из кураги	200	114,00	0,78	0,04	27,63	10,79
ИТОГО ЗА ОБЕД		810	1043,70	26,21	31,97	162,83	105,32
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1390	1723,28	43,60	57,30	258,39	201,00

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: 20.01.2025 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							
№182	Каша пшеничная молочная	250	337,67	8,93	13,95	44,10	33,72
№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	1,50
Пром. вып.	Банан	100	94,50	1,50	0,50	21,00	25,50
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		630	747,09	19,17	28,12	104,38	101,42
ОБЕД							
№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	
ИТОГО ЗА ОБЕД		810	677,28	19,67	16,92	111,58	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1440	1424,37	38,84	45,04	215,96	101,42