

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



День: девятый  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория платная  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата: 20.03.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции (на 7-11 лет)	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.				Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
№302	Каша гречневая	150	151,50	4,50	5,10	21,90	11,60	
№260	Гуляш из свинины	100	307,66	10,63	28,18	2,88	56,08	
№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	
Пром. вып.	Печенье	50	207,09	3,75	4,90	37,20	24,00	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>843,61</b>	<b>22,90</b>	<b>38,70</b>	<b>101,13</b>	<b>97,59</b>	
<b>ОБЕД</b>								
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>550</b>	<b>843,61</b>	<b>22,90</b>	<b>38,70</b>	<b>101,13</b>	<b>97,59</b>	

Утверждено:  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

День: девятый  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 70 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата: 20.03.2025 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>							
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,31
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,52
№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
Пром. вып.	Печенье	28	207,09	3,75	4,90	37,20	10,26
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		500	758,99	19,88	32,84	96,18	70,00
<b>ОБЕД</b>							
№68	Борщ с мясом со сметаной	250/10	159,74	9,88	7,26	13,72	
№250	Бефстроганов	100	183,13	14,44	12,25	3,78	
Пром. вып.	Сок вишневым	200	100,4	1,4	0,4	22,8	
№321	Калюста тушеная	180	135,02	3,7	5,82	16,96	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	
№67	Винегрет овощной	100	124,99	1,4	10,03	7,28	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		920	865,12	36,62	36,64	97,22	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1420	1624,11	56,50	69,48	193,40	70,00

Утверждено  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

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

с 7-11 лет

Дата: 20.03.2025 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>							
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,31
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,52
№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
Пром. вып.	Печенье	121	207,09	3,75	4,90	37,20	44,26
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		500	758,99	19,88	32,84	96,18	104,00
№67	Винегрет овощной	60	75,02	0,84	6,02	4,37	
№68	Борщ с мясом со сметаной	200/10	127,85	7,91	5,81	10,98	
№250	Бефстроганов	100	183,13	14,44	12,25	3,78	
№321	Калуга тушеная	150	112,57	3,09	4,85	14,14	
Пром. вып.	Сок вишневый	200	100,4	1,4	0,4	22,8	
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	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			760,81	33,48	30,21	88,75	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		500	1519,80	53,36	63,05	184,93	104,00

Утверждено:  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Видюгеров



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

День: левятый  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 120 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

20.03.2025 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>								
№302	Каша гречневая	150	151,50	4,50	5,10	21,90	11,60	
№260	Гуляш из свинины	100	307,66	10,63	28,18	2,88	56,08	
№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	
Пром. вып.	Печенье	127	207,09	3,75	4,90	37,20	46,41	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			550	843,61	22,90	38,70	101,13	120,00
<b>ОБЕД</b>								
№67	Винегрет овощной	100	124,99	1,4	10,03	7,28		
№68	Борщ с мясом со сметаной	250/10	159,74	9,88	7,26	13,72		
№250	Бефстроганов	100	183,13	14,44	12,25	3,78		
№321	Капустя тушенная	180	135,02	3,7	5,82	16,96		
Пром. вып.	Сок вишневый	200	100,4	1,4	0,4	22,8		
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		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			920	865,12	36,62	36,64	97,22	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			1470	1708,73	59,52	75,34	198,35	120,00

Утверждено  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

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

с 7-11 лет

Дата: 20.03.2025 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>								
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,31	
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,52	
№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	
Пром. вып.	Печенье	50	207,09	3,75	4,90	37,20		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>500</b>	<b>758,99</b>	<b>19,88</b>	<b>32,84</b>	<b>96,18</b>	<b>59,74</b>
<b>ОБЕД</b>								
№67	Винегрет овощной	100	75,02	0,84	6,02	4,37		
№68	Борщ с мясом со сметаной	200/10	127,85	7,91	5,81	10,98		
№250	Бефстроганов	50	183,13	14,44	12,25	3,78	51,11	
№231	Капуста тушенная	150	112,57	3,09	0,00	14,14	35,92	
Пром. вып.	Сок вишневыи	200	100,40	1,40	0,40	22,80	25,26	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,40	19,32	3,33	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	3,30	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>800</b>	<b>760,81</b>	<b>33,48</b>	<b>25,36</b>	<b>88,75</b>	<b>118,92</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>1300</b>	<b>1519,80</b>	<b>53,36</b>	<b>58,20</b>	<b>184,93</b>	<b>178,66</b>

Утверждено  
 Директор МОУ "Казачинская СОШ"   
 А.В. Видуралов



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

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

Дата: 20.03.2025 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>							
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,31
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,52
№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
Пром. вып.	Печенье	59	207,09	3,75	4,90	37,20	21,55
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>				<b>19,88</b>	<b>32,84</b>	<b>96,18</b>	<b>81,29</b>
<b>ОБЕД</b>							
№67	Винегрет овощной	100	124,99	1,4	10,03	7,28	
№68	Борш с мясом со сметаной	250/10	159,74	9,88	7,26	13,72	
№250	Бефстроганов	50	183,13	14,44	12,25	3,78	51,11
№321	Капуста тушеная	180	135,02	3,7	5,82	16,96	35,92
Пром. вып.	Сок вишневый	200	100,4	1,4	0,4	22,8	25,26
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,40	19,32	3,33
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	3,33
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>				<b>34,32</b>	<b>40,90</b>	<b>152,02</b>	<b>119,71</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>				<b>54,20</b>	<b>73,74</b>	<b>248,20</b>	<b>201,00</b>