

Утвержден  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

День: десятый  
 Неделя: вторая

Сезон: осень-зима  
 Категория питания

Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 21.03.2025 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>								
№202	Макаронны отварные	150	168,39	5,51	4,51	26,49	16,60	
№294	Котлета рубленая из курицы	100	170,83	17,44	4,23	15,75	50,75	
Пром.вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром.вып.	Мармелад	50	159,00	0,05	0,00	39,70	22,75	
№378	Чай с молоком	200	81,83	1,52	1,35	15,90	15,75	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			550	696,95	28,47	10,59	121,99	110,01
<b>ОБЕД</b>								
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	0	0	0	0	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		550	696,95	28,47	10,59	121,99	110,01	

Утверждено  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

День: десятый  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 201 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

21.03.2025 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>								
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19	
№294	Котлета рубленая из курицы	80	141,10	15,07	3,38	12,60	40,35	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром. вып.	Мармелад	24	159,00	0,05	0,00	39,70	11,12	
№378	Чай с молоком	200	81,73	1,52	1,35	15,90	15,75	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			500	623,70	25,11	5,76	117,88	85,57
<b>ОБЕД</b>								
№102	Суп гороховый	250	135,34	5,48	5,26	16,52		
№234	Котлеты рыбные	100	143,29	8,23	7,05	11,73	86,22	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	4,26	
№312	Пюре картофельное	180	164,56	3,67	5,76	24,51	26,69	
№342	Компот из свежих яблок	200	113,6	0,16	0,16	27,88	1,75	
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		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			500	948,91	36,14	13,45	170,85	115,43
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			500	1572,61	61,25	19,21	288,73	201,00

Утверждено:  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 В.В. Вилюградов



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

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

с 7-11 лет

Дата:

21.03.2025 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>								
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19	
№294	Котлеты из курицы	80	141,10	15,07	3,38	12,60	40,35	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром. вып.	Мармелад	50	159,00	0,05	0,00	39,70	1,75	
№378	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00	1,75	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			500	602,43	23,66	4,43	116,98	60,45
<b>ОБЕД</b>								
№102	Суп гороховый	200	108,33	4,39	4,21	13,22	86,22	
№234	Котлеты рыбные	100	143,29	8,23	7,05	11,73	40,35	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	22,27	
№312	Пюре картофельное	150	137,16	3,06	4,8	20,43	1,75	
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15	1,75	
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	3,33	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			500	633,38	21,89	18,22	95,46	116,90
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			500	1235,81	45,55	22,65	212,44	177,35

Утверждено  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

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

с 12-18 лет

Дата:

21.03.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	5	6	7	8	9
<b>ЗАВТРАК</b>							
№202	Макаронны отварные	150	168,39	5,51	4,51	26,49	16,60
№294	Котлета рубленая из курицы	100	170,83	17,44	4,23	15,75	50,75
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16
Пром. вып.	Мармелад	72	159,00	0,05	0,00	39,70	32,74
№378	Чай с молоком	200	81,83	1,52	1,35	15,90	15,75
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>550</b>	<b>28,47</b>	<b>10,59</b>	<b>121,99</b>	<b>120,00</b>
<b>ОБЕД</b>							
№102	Суп гороховый	250	135,34	5,48	5,26	16,52	
№234	Котлеты рыбные	100	143,29	8,23	7,05	11,73	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	
№312	Пюре картофельное	180	164,56	3,67	5,76	24,51	
№342	Компот из свежих яблок	200	113,6	0,16	0,16	27,88	
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>			<b>840</b>	<b>23,68</b>	<b>20,37</b>	<b>115,72</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>1390</b>	<b>52,15</b>	<b>30,96</b>	<b>237,71</b>	<b>120,00</b>

Утверждено:  
 Директор МОУ «Казачинская СОШ»  
 А.В. Виноградов



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

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

с 7-11 лет

Дата:

21.03.2025 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>							
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19
№294	Котлета рубленая из курицы	80	141,10	15,07	3,38	12,60	40,35
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16
Пром. вып.	Мармелад	65	159,00	0,05	0,00	39,70	29,55
№378	Чай с молоком	200	81,73	1,52	1,35	15,90	15,75
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 1</b>		<b>500</b>	<b>623,70</b>	<b>25,11</b>	<b>5,76</b>	<b>117,88</b>	<b>104,00</b>
№102	Суп гороховый	200	108,33	4,39	4,21	13,22	
№234	Котлеты рыбные	100	143,29	8,23	7,05	11,73	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	
№312	Пюре картофельное	150	137,16	3,06	4,8	20,43	
№342	Компот из свежих яблок	200	113,6	0,16	0,16	27,88	
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>		<b>760</b>	<b>686,52</b>	<b>21,98</b>	<b>18,36</b>	<b>108,34</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1260</b>	<b>1310,22</b>	<b>47,09</b>	<b>24,12</b>	<b>226,22</b>	<b>104,00</b>

Утверждено:  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А.В. Виноградов



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

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

с 12-18 лет

Дата: 21.03.2025 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>								
№202	Макаронны отварные	120	124,97	4,52	0,53	25,53	14,19	
№294	Котлеты из курицы	80	141,10	15,07	3,38	12,60	40,35	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,16	
Пром. вып.	Мармелад	50/20	159,00	0,05	0,00	39,70	9,55	
№378	Чай с сахаром	200	81,83	1,52	1,35	15,90	1,75	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			500	623,80	25,11	5,76	117,88	70,00
<b>ОБЕД</b>								
№234	Котлеты рыбные	100	143,29	8,23	7,05	11,73		
№312	Пюре картофельное	180	164,56	3,67	5,76	24,51		
№342	Компот из свежих яблок	200	113,6	0,16	0,16	27,88		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36		
№102	Суп гороховый	250	135,345	5,48	5,26	16,52		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32		
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			840	740,935	23,68	20,37	115,72	0
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			1340	1364,74	48,79	26,13	233,60	70,00