



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

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

с 12-18 лет

Дата:

22.05.2025 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							
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,32
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,80
№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	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	758,99	19,88	32,84	96,18	60,03
ОБЕД							
№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 вишневый	200	100,4	1,4	0,4	22,8	
№321	Капустя тушенная	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	
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	865,12	36,62	36,64	97,22	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1420	1624,11	56,50	69,48	193,40	60,03



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

Дата: 22.05.2025 г.

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

№ 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							
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,32
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,80
№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	44,13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	758,99	19,88	32,84	96,18	104,16
№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	Капуста 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	
ИТОГО ЗА ОБЕД			760,81	33,48	30,21	88,75	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		500	1519,80	53,36	63,05	184,93	104,16



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

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

с 12-18 лет

Дата: 22.05.2025 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							
№302	Каша гречневая	150	151,50	4,50	5,10	21,90	11,67
№260	Гуляш из свинины	100	307,66	10,63	28,18	2,88	56,43
№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	50/107	207,09	3,75	4,90	37,20	51,54
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	843,61	22,90	38,70	101,13	125,55
ОБЕД							
№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	Капуста 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	
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	865,12	36,62	36,64	97,22	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1470	1708,73	59,52	75,34	198,35	125,55

А. В. Виноградов
Казачинская СОШ
2025 учебный год

2025 учебный год

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Категория платная

c 12-18 net

22.05.2025 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							
№302	Каша гречневая	150	151,50	4,50	5,10	21,90	11,61
№260	Гуляш из свинины	100	307,66	10,63	28,18	2,88	56,43
№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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	843,61	22,90	38,70	101,13	97,95
ОБЕД							
ИТОГО ЗА ОБЕД			0	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		550	843,61	22,90	38,70	101,13	97,95



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

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

Дата: 22.05.2025 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							
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,32
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,80
№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	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	758,99	19,88	32,84	96,18	60,03
ОБЕД							
№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	56,41
№231	Капустя тушеная	150	112,57	3,09	0,00	14,14	38,25
№376	Чай с сахаром	200	100,40	1,40	0,40	22,80	1,75
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
ИТОГО ЗА ОБЕД		800	760,81	33,48	25,36	88,75	103,04
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1300	1519,80	53,36	58,20	184,93	163,07

Утверждено
Директор МОУ Казачинская СОШ
А.В. Виноградов

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

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2025 учебный год
с 12-18 лет
22.05.2025 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							
№302	Каша гречневая	120	128,31	3,60	4,87	17,52	9,32
№260	Гуляш из свинины	80	246,23	8,51	22,55	2,31	44,80
№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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	758,99	19,88	32,84	96,18	81,58
ОБЕД							
№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	50	183,13	14,44	12,25	3,78	46,01
№321	Капуста тушеная	180	135,02	3,7	5,82	16,96	38,25
Пром. вып.	Сок вишневый	200	100,4	1,4	0,4	22,8	26,66
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
ИТОГО ЗА ОБЕД			1112,65	34,32	40,90	152,02	117,58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		500	1871,64	54,20	73,74	248,20	199,16