

**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: 23.01.2025 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
<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	1,50
Пром.вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00
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>97,18</b>
<b>ОБЕД</b>							
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>550</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>97,18</b>

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 201 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

23.01.2025 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
<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	1,50
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00
Пром. вып.	Печенье	50	207,09	3,75	4,90	37,20	21,96
<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>81,29</b>
<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	50	183,13	14,44	12,25	3,78	48,35
№321	Капуста тушеная	180	135,02	3,7	5,82	16,96	41,46
Пром. вып.	Сок вишневый	200	100,4	1,4	0,4	22,8	23,5
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,40	19,32	3,20
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	3,20
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>500</b>	<b>1112,65</b>	<b>34,32</b>	<b>40,90</b>	<b>152,02</b>	<b>119,71</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>500</b>	<b>1871,64</b>	<b>54,20</b>	<b>73,74</b>	<b>248,20</b>	<b>201,00</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 178 руб.  
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

23.01.2025 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
<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	1,50
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00
Пром. вып.	Печенье	50	207,09	3,75	4,90	37,20	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		500	758,99	19,88	32,84	96,18	59,33
<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	48,35
№231	Калупста тушенная	150	112,57	3,09	0,00	14,14	41,46
Пром. вып.	Сок вишневым	200	100,40	1,40	0,40	22,80	23,50
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,40	19,32	3,20
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	3,20
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		800	760,81	33,48	25,36	88,75	119,71
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		1300	1519,80	53,36	58,20	184,93	179,04

Утверждаю:  
 Директор МОУ Казачинская СОШ  
 А. В. Виноградов



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

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

с 12-18 лет

Дата:

23.01.2025 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	
<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	1,50	
Пром.вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00	
Пром.вып.	Печенье	97	207,09	3,75	4,90	37,20	46,82	
<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>120,00</b>
<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	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		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>920</b>	<b>865,12</b>	<b>36,62</b>	<b>36,64</b>	<b>97,22</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>1470</b>	<b>1708,73</b>	<b>59,52</b>	<b>75,34</b>	<b>198,35</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: девятый  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 104 руб.  
 Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

23.01.2025 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
<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	1,50
Пром.вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00
Пром.вып.	Печенье	93	207,09	3,75	4,90	37,20	44,67
<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>104,00</b>
<b>УБОРКА</b>							
№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	Калюста 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>			<b>760,81</b>	<b>33,48</b>	<b>30,21</b>	<b>88,75</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>500</b>	<b>1519,80</b>	<b>53,36</b>	<b>63,05</b>	<b>184,93</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: девятый  
 Неделя: вторая  
 Сезон: осень-зима  
 Категория на 70 руб.  
 Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата: 23.01.2025 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		
<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	1,50		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00		
Пром. вып.	Печенье	22	207,09	3,75	4,90	37,20	10,67		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>				<b>500</b>	<b>19,88</b>	<b>32,84</b>	<b>96,18</b>	<b>70,00</b>	
<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	Капуста 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			
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>				<b>920</b>	<b>865,12</b>	<b>36,64</b>	<b>97,22</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>				<b>1420</b>	<b>1624,11</b>	<b>56,50</b>	<b>69,48</b>	<b>193,40</b>	<b>70,00</b>