

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2024-2025 учебный год



День: шестой
 Неделя: вторая
 Сезон: осень-зима
 Категория платная

Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата:

23.12.2024 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	32,52
№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	24,50
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		630	747,09	19,17	28,12	104,38	99,22
ОБЕД							
№104	Суп с мясными фрикадельками	250	95,34	2,19	2,78	15,39	43,59
№302	Каша гречневая	180	181,8	5,4	6,12	26,28	13,87
№318	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	62,95
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	4
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	40	68,32	2,64	0,48	13,36	4
№348	Компот из кураги	200	114	0,78	0,04	27,63	10,79
ИТОГО ЗА ОБЕД		810	677,28	19,67	16,92	111,58	139,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1440	1424,37	38,84	45,04	215,96	238,42

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2024-2025 учебный год



День: шестой
 Неделя: вторая
 Сезон: осень-зима
 Категория на 201 руб.
 Возрастная категория: с 7-11 лет с 12-18 лет

Дата: 10.12.2024 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	32,52
№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	24,50
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	679,58	17,39	25,33	95,56	99,22
ОБЕД							
№302	Каша гречневая	180	181,8	5,4	6,12	26,28	13,87
№3	Курица тушеная в соусе	100	124,3	5,5	7,1	9,6	62,95
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15	1,5
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	4
Пром. вып.	Аленка шоколад	15	82,80	1,45	5,20	7,55	23,00
ИТОГО ЗА ОБЕД		535	886,68	24,34	37,63	112,71	105,32
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1115	1566,26	41,73	62,96	208,27	204,54

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2024-2025 учебный год



День: шестой

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Категория на 178 руб.

Возрастная категория: с 7-11 лет с 12-18 лет

Дата:

23.12.2024 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	22,78
№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	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	679,77	17,39	25,33	95,56	64,98
Обед							
№302	Каша гречневая	150	151,5	4,5	5,1	21,9	11,56
№318	Курица тушеная в соусе	80	124,3	5,5	7,1	9,6	48,04
№376	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15	1,5
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	40	93,52	3,16	0,4	19,32	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		470	804,07	22,89	32,43	105,16	113,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1050	1483,84	40,28	57,76	200,72	178,00

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2024-2025 учебный год



Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

День: шестой

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Категория на 104 руб.

Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

23.12.2024 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	195/5	270,16	7,15	11,16	35,28	22,78
№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	34,30
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	679,58	17,39	25,33	95,56	99,28
№104	Суп смешанный 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	99,28

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2024-2025 учебный год



Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 Казачинская
 А.В. Виноградов

День: шестой

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Категория на 120 руб.

Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата:

23.12.2024 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	337,67	8,93	13,95	44,10	32,52
№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	184	94,50	1,50	0,50	21,00	45,28
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		714	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		1524	1424,56	38,84	45,04	215,96	120,00

Примерное 10-ти дневное меню МОУ Казачинская СОШ на 2024-2025 учебный год



День: шестой

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Категория на 70 руб.

Возрастная категория:

с 12-18 лет

Дата:

23.12.2024 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 пшеница молочная	195/5	270,16	7,15	11,16	35,28	22,78
№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	64,98
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	
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	608,96	17,03	16,44	98,22	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1350	1288,54	34,42	41,77	193,78	64,98