



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

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

Дата: 18.02.2025 г.

с 12-18 лет

№ 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								
№291	Плов из курицы	250	403,25	19,00	16,25	45,25	77,47	
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	6,84	
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00	
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11	33,60	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				25,04	19,08	138,71	121,91	
ОБЕД								
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32		
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01		
№278	Тефтели мясные 1	100	151,07	7,83	8,75	10,25		
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4		
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08		
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15		
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02		
ИТОГО ЗА ОБЕД				26,86	24,58	127,23	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				51,90	43,66	265,94	121,91	

Утверждает
 Директор МОУ Казахинская СОШ
 А.В. Виноградов

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

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

Дата: 18.02.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.		
				Белки	Жиры	Углеводы	6	7	8
1	2	3	5	6	7	8	9		
ЗАВТРАК									
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20			73,02
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20			6,84
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15			4,00
Пром. Вып.	Вафли	15	245,07	1,96	2,31	54,11			7,58
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				21,24	15,83	129,66			91,44
ОБЕД									
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32			
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01			11,35
№278	Тефтели мясные 1 вариант	100	151,07	7,83	8,75	10,25			73,15
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4			4,26
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08			20,88
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15			4,00
ИТОГО ЗА ОБЕД				29,37	21,64	219,90			109,70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				50,61	37,47	349,56			201,14

Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

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

День: сельмой

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Категория на 178 руб.

Возрастная категория:

с 7-11 лет

Дата:

18.02.2025 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							
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	73,02
№377	Чай с сахаром	200	61,50	0,13	0,02	15,20	1,50
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				21,24	15,83	129,66	78,52
ОБЕД							
№181	Суп рыбный с горбушей	200	103,42	6,87	6,72	11,46	
№302	Каша перловая	150	179,09	3,35	4,33	31,68	9,48
№278	Тефтели мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25	73,15
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	
№342	Компот из св груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08	20,88
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02	
ИТОГО ЗА ОБЕД				24,48	22,04	118,04	107,51
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				45,72	37,87	247,70	186,03

Утверждено
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

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

День: сельмой
 Неделя: вторая
 Сезон: осень-зима
 Категория на 120 руб.
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 18.02.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.		
				Белки	Жиры	Углеводы	6	7	8
1	2	3	5	6	7	8	9		
ЗАВТРАК									
№291	Плов из курицы	250	403,25	19,00	16,25	45,25			77,47
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20			6,84
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15			4,00
Пром. Вып.	Вафли	75	245,07	1,96	2,31	54,11			19,61
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК									
		570	826,72	25,04	19,08	138,71			107,92
ОБЕД									
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32			
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01			
№278	Тефтели мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25			
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4			
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08			
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15			
Пром. вып.	Хлеб ржано- пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02			
ИТОГО ЗА ОБЕД									
		840	837,58	26,86	24,58	127,23			0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ									
		1410	1664,30	51,90	43,66	265,94			107,92

Утверждено:
 Директор МОУ Казачинская СОШ
 А.В. Виноградов

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

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

Дата: 18.02.2025 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							
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20	73,02
№377	Чай с лимоном	200	61,50	0,13	0,02	15,20	6,84
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	4,00
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11	33,60
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК				21,24	15,83	129,66	117,46
ОБЕД							
№181	Суп рыбный с горбушей	200	103,42	6,87	6,72	11,46	
№302	Каша перловая	150	179,09	3,35	4,33	31,68	
№278	Тефтели мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25	
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4	
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08	
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15	
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02	
ИТОГО ЗА ОБЕД				24,48	22,04	118,04	0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				45,72	37,87	247,70	117,46

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

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

День: седьмой
 Неделя: вторник
 Сезон: осень-зима
 Категория на 70 руб.
 Возрастная категория: с 12-18 лет

Дата: 18.02.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход порции	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, гр.			Цена, руб.		
				Белки	Жиры	Углеводы	6	7	8
1	2	3	5	6	7	8	9		
ЗАВТРАК									
№291	Плов из курицы	200	322,60	15,20	13,00	36,20			73,02
№377	Чай с сахаром	200	60,46	0,07	0,02	15,00			6,84
Пром. Вып.	Хлеб пшеничный	50	116,90	3,95	0,50	24,15			4,00
Пром. Вып.	Вафли	70	245,07	1,96	2,31	54,11			
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК									
		520	745,03	21,18	15,83	129,46			83,86
ОБЕД									
№181	Суп рыбный с горбушей	250	167,2	8,58	8,4	14,32			
№302	Каша перловая	180	214,83	4,02	5,19	38,01			
№278	Тефтели мясные 1 вар	100	151,07	7,83	8,75	10,25			
№366	Соус томатный	30	22,3	0,34	1,26	2,4			
№342	Компот из свежих груш	200	114,04	0,16	0,12	28,08			
Пром. вып.	Хлеб пшеничный	50	116,9	3,95	0,5	24,15			
Пром. вып.	Хлеб ржано-пшеничный	30	51,24	1,98	0,36	10,02			
ИТОГО ЗА ОБЕД									
		840	837,58	26,86	24,58	127,23			0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ									
		1360	1582,61	48,04	40,41	256,69			83,86