



Директор МБОУ "СОШ № 10"

МЕНЮ
на **10 февраля** 2025 г.

День: первый Неделя: первая

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки г всего	Жиры г всего	Углево- ды г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)							
82	Колбаска "Витаминка" (кур)	65	8,29	8,45	2,15	128,19	48,38
106-13	Каша пшенная вязкая	200	4,54	6,11	32,48	197,58	10,97
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	15,13
тгк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90	3,04
тгк	Хлеб пшеничный	43	3,07	0,31	20,27	96,28	3,48
	Итого за 'Завтрак '	518	19,24	15,93	75,60	515,41	81,00

ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)							
89В	Салат "Золотая осень"	60	0,74	4,38	8,41	78,73	11,82
46	Суп картофельный с макаронными изделиями и отварным мясом кур	200/18	3,75	2,25	21,30	111,49	26,28
164/1В	Котлета "Московская" (гов,свин)	90	12,93	14,61	15,76	252,33	65,41
106-13	Каша гречневая вязкая	150	5,76	5,83	25,20	175,50	8,30
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	26	1,86	0,18	12,26	58,22	2,10
тгк	Хлеб ржаной	25	1,55	0,26	9,49	44,18	1,84
	Итого за 'Обед '	769	26,80	27,53	105,84	771,70	121,50

КОМПЛЕКС бесплатного питания для м/о, м/д, ТЖС (81,00 руб)							
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,13	2,08	16,26	90,97	8,24
164/1В	Котлета "Московская" (гов,свин)	75	10,78	12,18	13,13	210,28	54,51
106-13	Каша гречневая вязкая	160	6,14	6,22	26,88	187,20	8,85
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	27	1,93	0,19	12,73	60,46	2,18
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
	Итого за 'Комплекс '	682	22,43	20,88	90,01	635,50	81,00

КОМПЛЕКС стоимостью _____ руб. _____ коп. для 5-11 классов							
Итого за 'Комплекс '	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Зав. производством:
Ответственный по питанию:

И. И. Шуровкина С.А.



МЕНЮ

на **10 февраля** 2025 г.

День: первый Неделя: первая

Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
127-08	Каша пшеничная молочная вязкая	200	7,82	8,49	38,80	278,11	29,27
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	15,13
тгк	Хлеб пшеничный	40	2,86	0,28	18,86	89,57	3,24
Итого за "Завтрак"		440	13,98	9,83	72,35	438,14	
Обед							
89В	Салат "Золотая осень"	60	0,74	4,38	8,41	78,73	11,82
46	Суп картофельный с макаронными изделиями и отварным мясом кур	200/8	3,58	2,15	20,32	106,38	16,25
164/1В	Котлета "Московская" (гов,свин)	70	7,71	9,03	12,26	126,26	50,87
106-13	Каша гречневая вязкая	150	5,76	5,83	25,20	175,50	8,30
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	25	1,79	0,18	11,78	55,98	2,02
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
Итого за "Обед"		733	21,03	21,79	98,98	629,44	
Итого за день			35,01	31,61	171,33	1067,58	144,12

Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
Завтрак							
127-08	Каша пшеничная молочная вязкая	250	9,77	10,61	48,50	347,64	36,59
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	15,13
тгк	Хлеб пшеничный	47	3,36	0,33	22,15	105,24	3,80
Итого за "Завтрак"		497	16,43	12,00	85,34	523,34	
Обед							
89В	Салат "Золотая осень"	60	0,74	4,38	8,41	78,73	11,82
46	Суп картофельный с макаронными изделиями и отварным мясом кур	250/10	4,47	2,68	25,40	132,97	20,27
164/1В	Котлета "Московская" (гов,свин)	70	7,71	9,03	12,26	126,26	50,87
106-13	Каша гречневая вязкая	180	6,91	7,00	30,24	210,60	9,96
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25	5,75
тгк	Хлеб пшеничный	25	1,79	0,18	11,78	55,98	2,02
тгк	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	7,59	35,34	1,47
Итого за "Обед"		815	23,07	23,49	109,10	691,14	
Итого за день			39,51	35,49	194,44	1214,47	157,68

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Ирина Николаевна

1