

Утверждаю

Директор школы

С.А.Захарова

23.04.2024

от 2 до 3 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность			
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал
завтрак					
каша манная молочная с маслом	150/5	5,6	5,6	26,7	182,3
чай с молоком	150	1,2	1	13,1	108
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
джем	10	0,6	2,1	10,2	61,9
завтрак 2					
фрукты свежие	130	1,6	0,54	22,7	1,4
обед					
салат из свежих огурцов	40	1,13	2,86	3,66	44,36
суп картофельный с говядиной с макаронными изделиями	150/12,5	3,9	4,4	9,1	91,35
котлета рыбная с соусом/т	50/30	6,21	3,8	6,9	86,4
рис отварной	110	2,6	4,5	24,7	150
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,3	7	36,2
напиток из клюквенный	150	0,6	0,3	20,5	87,3
полдник					
вафли сливочные	50	3,5	4,75	19,1	132,6
молоко кипяченое	150	0,8	0	11,3	45
ужин					
картофель запеченный в сметанном соусе	110	3	7	10,8	135,2
чай с сахаром	150	4,3	3,75	7,16	79,5
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
итого по рациону дня	1498	41	42	222	1383
стоимость д/дня					130р.

23.04.2024

от 3 до 7 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность			
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал
завтрак					
каша манная молочная с маслом	200/5	6,7	6,7	32	218,8
чай с молоком	180	1,4	1,2	15,7	78,3
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94
джем	15	0,6	2,1	10,2	61,9
завтрак 2					
фрукты свежие	200	0,3	0,3	7,6	39,9
обед					
салат из свежих огурцов	80	0,7	3,66	2,2	39
суп картофельный с говядиной с макаронными изделиями	200/12,5	4,68	5,28	10,92	109,6
котлета рыбная с соусом/т	70/30	8,69	5,32	9,66	121
рис отварной	130	3,1	5,3	29,2	177
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94
хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,6	14	72,4
напиток из шиповника	180	0,7	0,3	22,8	97
полдник					
вафли сливочные	60	4,2	5,7	22,9	159,1
молоко кипяченое	180	0,09	0	13,5	54
ужин					
картофель запеченный в сметанном соусе	150	3,8	8,7	13,5	169
чай с сахаром	180	5,2	4,5	8,6	95,4
хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47
итого по рациону дня	1917	50	51	262	1727
стоимость д/дня					153р.

Утверждаю  
Директор школы

С.А.Захарова

23.04.2024

льготная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
<b>завтрак</b>						
колбаса варенная с соусом/т	90/30	5,6	9,3	3,8	122,8	38,50
пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138	17,50
чай с сахаром с лимоном	200/7	0,1	0	15,2	61	9,82
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,08
сыр полутвердый	10	2,5	2,6	0,08	34,3	4,61
масло сливочное	10	0,5	8,2	0,08	74,8	9,49
<b>обед</b>						
салат из свежих огурцов	80	0,56	8,1	1,6	81,6	17,36
суп картофельный с макаронными изделиями	200/12,5	3,2	2,4	13,6	98,6	24,45
котлеты рыбные с соусом	90/30	9,5	2,7	8,8	98,4	44,25
рис отварной	150	3,9	5,1	40,3	225,18	10,42
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,08
хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,6	14	72,4	3,08
напиток клюквенный	200	0,1	0	21	87	21,36
						124,00
итого по рациону дня	1490	38	46	174	1282	
стоимость д/дня						207,00

23.04.2024

льготная категория с 11 до 17 лет

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
<b>завтрак</b>						
колбаса варенная с соусом/т	100/30	7,4	11,2	4,56	146,2	38,50
пюре картофельное	180	3,8	7,9	19,6	165,6	17,50
чай с сахаром с лимоном	200/7	0,1	0	15,2	61	9,82
хлеб пшеничный	40	3,75	0,5	24,5	117,5	3,08
масло сливочное	10	0,5	8,2	0,08	74,8	4,61
сыр полутвердый	10	3,9	3,9	0	51,6	9,49
<b>обед</b>						
салат из свежих огурцов	100	1,5	5,5	8,4	89	17,36
суп картофельный с макаронными изделиями	200/12,5	5,7	6,7	15,1	143,4	24,45
котлеты рыбные с соусом	100/30	9,8	2,8	9,1	102,1	44,25
рис отварной	180	4,68	6,12	48	270,24	10,42
хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,08
хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,6	14	72,4	3,08
напиток клюквенный	200	0,1	0	21	87	21,36
						124,00
итого по рациону дня	1720	47	54	199	1475	
стоимость д/дня						207,00



Утверждаю  
Директор школы

С.А.Захарова

23.04.2024  
завтрак 1-4 класс 1 смена

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
завтрак						
колбаса варенная с соусом/т						
пюре картофельное	90/30	5,6	9,3	3,8	122,8	38,50
чай с сахаром с лимоном	150	3,15	6,6	16,35	138	17,50
хлеб пшеничный	200/7	0,1	0	15,2	61	9,82
сыр полутвердый	40	3	0,4	19,6	94	3,08
масло сливочное	10	2,6	2,6	0	34,4	4,61
	10	0,5	8,2	0,08	74,8	9,49
итого по рациону дня						
стоимость д/дня						83,00

23.04.2024  
горячее питание 1-4 классы 2 смена

Наименование блюда	выход г	пищевая ценность				цена
		белки г	жиры г	углеводы г	калорийность ккал	
обед						
салат из свежих огурцов						
суп картофельный с макаронными изделиями	100	1,5	5,5	8,4	89	17,36
котлеты рыбные с соусом	200/12,5	5,7	6,7	15,1	143,4	24,45
рис отварной	100/30	9,8	2,8	9,1	102,1	44,25
хлеб пшеничный	180	4,68	6,12	48	270,24	10,42
хлеб ржано-пшеничный	40	3	0,4	19,6	94	3,08
напиток клюквенный	40	2,6	0,6	14	72,4	3,08
	200	0,1	0	21	87	21,36
итого по рациону дня						
стоимость д/дня						124,00