

# МЕНЮ

Дата: " 20 " февраль 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>1-4 класс</b>						
Горячий завтрак	Салат из свежих помидоров	60	0,6	6,09	2,76	68,28
	Птица отварная	95	23,43	23,43	1,25	312,02
	Рис отварной	150	3,38	5,08	40,27	225,18
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>565</b>	<b>34,15</b>	<b>35,34</b>	<b>112,04</b>	<b>903,97</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	205	7,44	8,07	35,28	243,92
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Бутербод с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
<b>Итого:</b>		<b>465</b>	<b>15,49</b>	<b>23,72</b>	<b>88,82</b>	<b>626,19</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	60	0,6	6,09	2,76	68,28
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,52	5,33	0,65	88,89
	Птица отварная	95	23,43	23,43	1,25	312,02
	Рис отварной	150	3,38	5,08	40,27	225,18
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>765</b>	<b>35,67</b>	<b>40,67</b>	<b>112,69</b>	<b>992,86</b>
<b>5-11 классы</b>						
Обед	Салат из свежих помидоров	60	0,6	6,09	2,76	68,28
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,9	6,66	10,81	111,11
	Птица отварная	120	31,23	31,23	1,66	416,02
	Рис отварной	200	5,18	6,78	53,7	300,24
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>45,65</b>	<b>51,5</b>	<b>136,69</b>	<b>1194,14</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	255	9,2	10	43,8	303,4
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Бутербод с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
<b>Итого:</b>		<b>515</b>	<b>17,25</b>	<b>25,65</b>	<b>97,34</b>	<b>685,67</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	60	0,6	6,09	2,76	68,28
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,9	6,66	10,81	111,11
	Птица отварная	120	31,23	31,23	1,66	416,02
	Рис отварной	200	5,18	6,78	53,7	300,24
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>45,65</b>	<b>51,5</b>	<b>136,69</b>	<b>1194,14</b>

ИП Боковикова Е.И. Белф Зав.производством Симова Е.Н. Симонова

# МЕНЮ

Дата: "11" февраля 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>1-4 класс</b>						
Горячий завтрак	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,09	4,94	75,36
	Биточки из говядины	90	13,7	15	7,3	227,2
	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Кисель из концентрата ягодного	200	1,36	0	29,02	116,19
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>27,3</b>	<b>27,12</b>	<b>116,36</b>	<b>814,54</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Запеканка пшеничная с творогом	150	12,5	6,5	37,4	258
	Чай с сахаром и лимоном	207	0	0	14,89	60
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Бутербод с сыром	45	6,62	9,48	10,06	152
<b>Итого:</b>		<b>432</b>	<b>22,12</b>	<b>16,42</b>	<b>82,15</b>	<b>560,62</b>
Обед	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,09	4,94	75,36
	Рассольник домашний	200	4	9	25,9	119,6
	Биточки из говядины	90	13,7	15	7,3	227,2
	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Кисель из концентрата ягодного	200	1,36	0	29,02	116,19
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	<b>Итого:</b>		<b>760</b>	<b>31,3</b>	<b>36,12</b>	<b>142,26</b>
<b>5-11 классы</b>						
Обед	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,09	4,94	75,36
	Рассольник домашний	250	5,03	11,3	32,38	149,6
	Биточки из говядины	120	18,31	20,09	9,84	303
	Макароны отварные со сливочным маслом	200	7,36	7,06	47,01	281,46
	Кисель из концентрата ягодного	200	1,36	0	29,02	116,19
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>38,78</b>	<b>45,28</b>	<b>163,06</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Запеканка пшеничная с творогом	200	16,66	8,6	49,86	344
	Чай с сахаром и лимоном	207	0	0	14,89	60
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Бутербод с сыром	45	6,62	9,48	10,06	152
<b>Итого:</b>		<b>482</b>	<b>26,28</b>	<b>18,52</b>	<b>94,61</b>	<b>646,62</b>
Обед	Салат из моркови и яблок	60	0,54	6,09	4,94	75,36
	Рассольник домашний	250	5,03	11,3	32,38	149,6
	Биточки из говядины	120	18,31	20,09	9,84	303
	Макароны отварные со сливочным маслом	200	7,36	7,06	47,01	281,46
	Кисель из концентрата ягодного	200	1,36	0	29,02	116,19
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>38,78</b>	<b>45,28</b>	<b>163,06</b>

ИП Боковикова Е.И.

Зав.производством

Е.Н. Симонова

# МЕНЮ

Дата: " 12 " февраля 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>1-4 класс</b>						
Горячий завтрак	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	29
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	120	11,78	17,4	12,14	252,18
	Пюре картофельное с маслом	100	2,13	4,04	15,53	106,97
	Капуста тешеная	50	1,31	1,62	6,73	43,58
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22	88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>590</b>	<b>22,88</b>	<b>24,06</b>	<b>98,25</b>	<b>704,43</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	205	6,08	6,6	37,1	232,2
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Вафли	50	1,95	15,3	31,25	270,5
<b>Итого:</b>		<b>485</b>	<b>14,81</b>	<b>26,25</b>	<b>114,19</b>	<b>747,47</b>
Обед	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	29
	Суп картофельный с клецками	230	3	2,63	13,47	89,55
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	120	11,78	17,4	12,14	252,18
	Пюре картофельное с маслом	100	2,13	4,04	15,53	106,97
	Капуста тешеная	50	1,31	1,62	6,73	43,58
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22	88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>820</b>	<b>25,88</b>	<b>26,69</b>	<b>111,72</b>	<b>793,98</b>
<b>5-11 классы</b>						
Обед	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	29
	Суп картофельный с клецками	280	3,75	3,29	16,84	111,94
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	170	15,7	23,19	16,18	336,24
	Пюре картофельное с маслом	100	2,13	4,04	15,53	106,97
	Капуста тешеная	50	1,31	1,62	6,73	43,58
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22	88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>920</b>	<b>30,55</b>	<b>33,14</b>	<b>119,13</b>	<b>900,43</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	255	7,56	8,2	46,1	288,8
	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26,04	154,15
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Вафли	50	1,95	15,3	31,25	270,5
<b>Итого:</b>		<b>535</b>	<b>16,29</b>	<b>27,85</b>	<b>123,19</b>	<b>804,07</b>
Обед	Огурцы свежие в нарезке	60	0,48	0,06	1,98	29
	Суп картофельный с клецками	280	3,75	3,29	16,84	111,94
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	170	15,7	23,19	16,18	336,24
	Пюре картофельное с маслом	100	2,13	4,04	15,53	106,97
	Капуста тешеная	50	1,31	1,62	6,73	43,58
	Сок фруктовый	200	1	0,2	22	88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>920</b>	<b>30,55</b>	<b>33,14</b>	<b>119,13</b>	<b>900,43</b>

ИП Боковикова Е.И.

Зав.производством

Е.Н. Симонова

# МЕНЮ

Дата: " 13 " февраль 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>1-4 класс</b>						
Горячий завтрак	Помидор свежий в нарезке	60	0,66	1,02	2,76	23
	Котлета "Пермская"	90	14,4	13,95	10,8	227,7
	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Компот из замороженных ягод	200	0,2	0,1	10,7	44
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>26,96</b>	<b>21,1</b>	<b>99,36</b>	<b>690,49</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Омлет с сыром	70	7,33	10,6	1,15	130,42
	Кисель из свежих ягод	200	0,12	0	21,15	85,07
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Манник	130	7,2	6,7	40,4	251
<b>Итого:</b>		<b>430</b>	<b>17,65</b>	<b>17,74</b>	<b>82,5</b>	<b>557,11</b>
Обед	Помидор свежий в нарезке	60	0,66	1,02	2,76	23
	Суп картофельный с рыбной консервой	200	5,3	6,65	17,02	147,58
	Котлета "Пермская"	90	14,4	13,95	10,8	227,7
	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	5,29	35,23	211,09
	Компот из замороженных ягод	200	0,2	0,1	10,7	44
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>760</b>	<b>32,26</b>	<b>27,75</b>	<b>116,38</b>	<b>838,07</b>
<b>5-11 классы</b>						
Обед	Помидор свежий в нарезке	60	0,66	1,02	2,76	23
	Суп картофельный с рыбной консервой	250	6,62	8,31	21,28	184,48
	Котлета "Пермская"	120	19,2	18,6	14,4	303,6
	Макароны отварные со сливочным маслом	200	7,36	7,06	47,1	281,46
	Компот из замороженных ягод	200	0,2	0,1	10,7	44
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>40,22</b>	<b>35,83</b>	<b>136,11</b>	<b>1021,24</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Омлет с сыром	120	12,76	18,17	1,97	223,57
	Кисель из свежих ягод	200	0,12	0	21,15	85,07
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Манник	130	7,2	6,7	40,4	251
<b>Итого:</b>		<b>480</b>	<b>23,08</b>	<b>25,31</b>	<b>83,32</b>	<b>650,26</b>
Обед	Помидор свежий в нарезке	60	0,66	1,02	2,76	23
	Суп картофельный с рыбной консервой	250	6,62	8,31	21,28	184,48
	Котлета "Пермская"	120	19,2	18,6	14,4	303,6
	Макароны отварные со сливочным маслом	200	7,36	7,06	47,1	281,46
	Компот из замороженных ягод	200	0,2	0,1	10,7	44
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>40,22</b>	<b>35,83</b>	<b>136,11</b>	<b>1021,24</b>

ИП Боковикова Е.И. Борис Зав. производством Алекс Е.Н. Симонова

# МЕНЮ

Дата: " 11 " февраля 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>1-4 класс</b>						
Горячий завтрак	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	44
	Суфле рыбное	90	12,6	5,4	2,7	100,8
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>22,73</b>	<b>15,96</b>	<b>95,59</b>	<b>604,47</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	205	6,04	7,27	34,29	227,16
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Бутерброд с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
<b>Итого:</b>		<b>472</b>	<b>10,38</b>	<b>19,02</b>	<b>77,1</b>	<b>516,9</b>
Обед	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	44
	Суп крестьянский с крупой	200	1	6,1	12,3	112,4
	Суфле рыбное	90	12,6	5,4	2,7	100,8
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>760</b>	<b>23,73</b>	<b>22,06</b>	<b>107,89</b>	<b>716,87</b>
<b>5-11 классы</b>						
Обед	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	44
	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
	Суфле рыбное	120	16,8	7,2	3,6	134,4
	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	213,94
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>30,31</b>	<b>27,52</b>	<b>119,69</b>	<b>832,19</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	255	7,5	9,04	42,6	282,56
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
	Бутерброд с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
<b>Итого:</b>		<b>522</b>	<b>11,84</b>	<b>20,79</b>	<b>85,41</b>	<b>572,3</b>
Обед	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	44
	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
	Суфле рыбное	120	16,8	7,2	3,6	134,4
	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,06	213,94
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,87	114,56
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>30,31</b>	<b>27,52</b>	<b>119,69</b>	<b>832,19</b>

ИП Боковикова Е.И.

*Борис*

Зав.производством

*Симона*

Е.Н. Симонова