

МЕНЮ

Дата: "22" 09 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1-4 класс						
Горячий завтрак	Салат из свежих помидоров	60	0,6	6,09	2,76	68,28
	Наггетсы "Курочка"	90	20,2	10,2	7,4	202
	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
Итого:		560	30,92	22,11	118,19	793,95
1-4 класс (ОВЗ)						
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
Итого:		465	15,49	23,72	88,82	626,19
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
	Наггетсы "Курочка"	90	20,2	10,2	7,4	202
	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
Итого:		760	32,44	27,44	118,84	882,84
5-11 классы						
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
	Наггетсы "Курочка"	120	27	14	9,8	273
	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
Итого:		890	41,42	34,27	144,83	1051,12
5-11 класс (ОВЗ)						
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
Итого:		515	17,25	25,65	97,34	685,67
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
	Наггетсы "Курочка"	120	27	14	9,8	273
	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
Итого:		890	41,42	34,27	144,83	1051,12

ИП Боковикова Е.И.

Зав. производством

Е.Н. Симонова

МЕНЮ

Дата: " 23 " 09 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1-4 класс						
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
	Чай с лимоном	207	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<i>Итого:</i>		567	26,01	27,13	102,65	759,97
1-4 класс (ОВЗ)						
Завтрак	Запеканка пшенная 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
<i>Итого:</i>		432	22,12	16,42	82,15	560,62
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
	Чай с лимоном	207	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<i>Итого:</i>		767	30,01	36,13	128,55	879,57
5-11 классы						
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
	Чай с лимоном	207	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<i>Итого:</i>		897	37,49	45,29	149,35	1055,74
5-11 класс (ОВЗ)						
Завтрак	Запеканка пшенная 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
<i>Итого:</i>		482	26,28	18,52	94,61	646,62
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
	Чай с лимоном	207	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3	0,44	19,8	90,62
<i>Итого:</i>		897	37,49	45,29	149,35	1055,74

ИП Боковикова Е.И.

Зав.производством

Е.Н. Симонова

МЕНЮ

Дата: "24" "09" 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1-4 класс						
Завтрак	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	120	11,78	17,4	12,14	252,18
	Пюре картофельное с маслом	150	3,195	6,06	23,29	160,45
	Капуста тешеная	100	3,61	3,12	13,7	65,37
	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
<i>Итого:</i>		630	25,765	27,52	111	750,7
1-4 класс (ОВЗ)						
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидккая	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
<i>Итого:</i>		485	14,81	26,25	114,19	747,47
Обед	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	150	3,195	6,06	23,29	160,45
	Капуста тешеная	100	3,61	3,12	13,7	65,37
	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
<i>Итого:</i>		860	28,765	30,15	124,47	840,25
5-11 классы						
Обед	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	200	4,16	8,08	31,06	213,94
	Капуста тешеная	100	3,61	3,12	13,7	65,37
	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
<i>Итого:</i>		1010	34,4	38,62	139,65	1000,19
5-11 класс (ОВЗ)						
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидккая	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
<i>Итого:</i>		535	16,29	27,85	123,19	804,07
Обед	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	200	4,16	8,08	31,06	213,94
	Капуста тешеная	100	3,61	3,12	13,7	65,37
	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
<i>Итого:</i>		810	34,4	38,62	139,65	1000,19

ИП Боковикова Е.И. *Бок* Зав. производством *Р. Симонова* Е.Н. Симонова

МЕНЮ

Дата: "25" 09 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1-4 класс						
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
Итого:			560	26,96	21,1	99,36
1-4 класс (ОВЗ)						
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
Итого:			430	17,65	17,74	82,5
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
Итого:			760	32,26	27,75	116,38
5-11 классы						
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
Итого:			890	40,22	35,83	136,11
5-11 класс (ОВЗ)						
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
Итого:			480	23,08	25,31	83,32
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
Итого:			890	40,22	35,83	136,11
1021,24						

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

МЕНЮ

Дата: "26" "09" 2025 г.

Директор МБОУ СОШ № 1

В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1-4 класс						
Горячий завтрак	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	44
	Наггетсы "Рыбка"	90	20,2	10,2	7,4	202
	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
<i>Итого:</i>		560	30,33	20,76	100,29	705,67
1-4 класс (ОВЗ)						
Завтрак	Каша пшенная молочная жидккая	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
	Бутербод с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
<i>Итого:</i>		472	10,38	19,02	77,1	516,9
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
	Наггетсы "Рыбка"	90	20,2	10,2	7,4	202
	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
<i>Итого:</i>		760	31,33	26,86	112,59	818,07
5-11 классы						
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
	Наггетсы "Рыбка"	120	27	14	9,8	273
	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
<i>Итого:</i>		890	40,51	34,32	125,89	970,79
5-11 класс (ОВЗ)						
Завтрак	Каша пшенная молочная жидккая	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
	Бутербод с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
<i>Итого:</i>		522	11,84	20,79	85,41	572,3
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
	Наггетсы "Рыбка"	120	27	14	9,8	273
	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
<i>Итого:</i>		890	40,51	34,32	125,89	970,79

ИП Боковикова Е.И.

Зав. производством

Е.Н. Симонова