

**МЕНЮ**

Дата: " 5 " 11 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>						
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>		<b>630</b>	<b>25,765</b>	<b>27,52</b>	<b>111</b>	<b>750,7</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
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>		<b>485</b>	<b>14,81</b>	<b>26,25</b>	<b>114,19</b>	<b>747,47</b>
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>		<b>860</b>	<b>28,765</b>	<b>30,15</b>	<b>124,47</b>	<b>840,25</b>
<b>5-11 классы</b>						
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>		<b>1010</b>	<b>34,4</b>	<b>38,62</b>	<b>139,65</b>	<b>1000,19</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
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>		<b>535</b>	<b>16,29</b>	<b>27,85</b>	<b>123,19</b>	<b>804,07</b>
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>		<b>810</b>	<b>34,4</b>	<b>38,62</b>	<b>139,65</b>	<b>1000,19</b>

ИП Боковикова Е.И.

Зав.производством

Е.Н. Симонова

# МЕНЮ

Дата: " 6 " 11 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>						
<b>Завтрак</b>	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
<i>Итого:</i>		<b>560</b>	<b>26,96</b>	<b>21,1</b>	<b>99,36</b>	<b>690,49</b>
<b>1-4 класс (ОВ3)</b>						
<b>Завтрак</b>	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
<i>Итого:</i>		<b>430</b>	<b>17,65</b>	<b>17,74</b>	<b>82,5</b>	<b>557,11</b>
<b>Обед</b>	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
<i>Итого:</i>		<b>760</b>	<b>32,26</b>	<b>27,75</b>	<b>116,38</b>	<b>838,07</b>
<b>5-11 классы</b>						
<b>Обед</b>	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
<i>Итого:</i>		<b>890</b>	<b>40,22</b>	<b>35,83</b>	<b>136,11</b>	<b>1021,24</b>
<b>5-11 класс (ОВ3)</b>						
<b>Завтрак</b>	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
<i>Итого:</i>		<b>480</b>	<b>23,08</b>	<b>25,31</b>	<b>83,32</b>	<b>650,26</b>
<b>Обед</b>	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
<i>Итого:</i>		<b>890</b>	<b>40,22</b>	<b>35,83</b>	<b>136,11</b>	<b>1021,24</b>

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

**МЕНЮ**

Дата: "7" 11 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>						
<b>Завтрак</b>	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>		<b>560</b>	<b>30,33</b>	<b>20,76</b>	<b>100,29</b>	<b>705,67</b>
<b>1-4 класс (ОВЗ)</b>						
<b>Завтрак</b>	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>		<b>472</b>	<b>10,38</b>	<b>19,02</b>	<b>77,1</b>	<b>516,9</b>
<b>Обед</b>	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>		<b>760</b>	<b>31,33</b>	<b>26,86</b>	<b>112,59</b>	<b>818,07</b>
<b>5-11 классы</b>						
<b>Обед</b>	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>		<b>890</b>	<b>40,51</b>	<b>34,32</b>	<b>125,89</b>	<b>970,79</b>
<b>5-11 класс (ОВЗ)</b>						
<b>Завтрак</b>	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>		<b>522</b>	<b>11,84</b>	<b>20,79</b>	<b>85,41</b>	<b>572,3</b>
<b>Обед</b>	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>		<b>890</b>	<b>40,51</b>	<b>34,32</b>	<b>125,89</b>	<b>970,79</b>

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