

Утверждаю.  
И.о. директора школы \_\_\_\_\_ М.В.Александрова

Меню для группы дошкольников МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
02 апреля 2025 года

Ж	Прием пищи, наименование блюда	Выход Блюда гр.	Пищевые вещества гр.			Энергетическая ценность Ккал	Витамины мг.			Минеральные вещества мг.	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
168	Каша вязкая пшеничная с маслом	<b>200/5</b>	5,67	5,28	32,55	<b>200,0</b>	0,15	0,02	0	15,5	1,34
1	Бутерброд с маслом	<b>40</b>	2,45	7,55	14,62	<b>136</b>	0,05	0,03	0	9,3	0,62
393	Чай с сахаром	<b>180</b>	0,12	0,02	10,20	<b>41</b>	0	0	2,83	12,8	0,32
	<b>Второй завтрак</b>										
368	Фрукты (Банан)	<b>100</b>	1,50	0,50	21,00	<b>95</b>	0,04	0,05	10,00	8,0	0,60
	<b>Обед</b>										
81	Суп картофельный с бобовыми	<b>250</b>	5,49	5,27	16,32	<b>135</b>	0,22	0,07	5,81	38,07	2,02
298	Ленивые голубцы	<b>220</b>	19,4	12,4	27,9	<b>301,1</b>	0,11	0,2	27,5	82,5	2,2
376	Компот из сухофруктов	<b>200</b>	0,44	0,02	27,76	<b>113</b>	0,002	0,006	0,4	31,82	1,24
1	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	3,19	0,49	20,43	<b>103</b>	0,045	0,03	0	9	0,76
1	Хлеб ржаной	<b>30</b>	2,34	0,54	19,93	<b>96</b>	0,006	0,058	0	13,05	0,9
	<b>Полдник</b>										
215	Омлет натуральный	<b>105</b>	9,28	18,03	1,86	<b>193</b>	0,06	0,38	0,18	77,5	1,90
1	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	3,19	0,49	20,43	<b>103</b>	0,045	0,03	0	9	0,76
392	Чай с сахаром	<b>180</b>	0,06	0,02	9,99	<b>40,0</b>	0	0	0,03	10,0	0,28
	<b>Итого:</b>		<b>53,13</b>	<b>50,61</b>	<b>222,99</b>	<b>1556,1</b>	<b>0,728</b>	<b>0,874</b>	<b>46,75</b>	<b>316,54</b>	<b>12,94</b>

Утверждаю.  
И.о. директора школы \_\_\_\_\_ М.В.Александрова

Меню для учащихся 1-4 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
02 апреля 2025 года

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции,г	Пищевая ценность вещества			Энергетическая ценность	Витамины ,мг					Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		Ккал	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg
	Завтрак	г													
41	Масло сливочное порциями	10	0.0	8.2	0.1	75.0	1.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0	59.0	33.36	1.18
	Макаронные изделия отварные	180	0.1	2	15	228.4	3	0	0	0	0	12	0.3	32.13	1.50
608	Биточки п\ф	80	12.44	9.24	12.56	183.0	35.0	25.7	133.1	1.20	0.1	0.15	28.75	0.00	0.00
376	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,0	28.0	6.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.00	0.40
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70.3		0	0	0	0	0	0	0,00	0,6
847	Фрукт апельсин	100	0.6	0.0	57.5	48.0	12.0	2.0	28.0	1.5	0.06	15.0	0.0	0,00	0,00
	Итого	<b>600</b>	<b>15,62</b>	<b>17,88</b>	<b>72,2</b>	<b>792,5</b>	<b>54.3</b>	<b>27.7</b>	<b>163.1</b>	<b>3.1</b>	<b>0.16</b>	<b>27.15</b>	<b>88.05</b>	67.49	4.58

Итого на сумму 79 рубля 31 копейка

Утверждаю.  
И.о. директора школы \_\_\_\_\_ М.В.Александрова

Меню для учащихся 5-11 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
02 апреля 2025 года

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции,г	Пищевая ценность вещества			Энергетическая ценность	Витамины ,мг					Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		Ккал	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg
	Завтрак	г													
41	Масло сливочное порциями	10	0.0	8.2	0.1	75.0	1.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0	59.0	33.36	1.18
	Макаронные изделия отварные	180	0.1	2	15	228.4	3	0	0	0	0	12	0.3	32.13	1.50
608	Биточки п\ф	80	12.44	9.24	12.56	183.0	35.0	25.7	133.1	1.20	0.1	0.15	28.75	0.00	0.00
376	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,0	28.0	6.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.00	0.40
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70.3		0	0	0	0	0	0	0,00	0,6
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>15,62</b>	<b>17,88</b>	<b>72,2</b>	<b>792,5</b>	<b>54.3</b>	<b>27.7</b>	<b>163.1</b>	<b>3.1</b>	<b>0.16</b>	<b>27.15</b>	<b>88.05</b>	67.49	4.58

Итого на сумму 70 рублей 00 копеек