



Составил:
 кладовщик
 Волгина Г.В. 
 Проверил: 
 бухгалтер-калькулятор
 Парахина А.В.
 СанПин 2.3/4.3590-20
 сезон: весна

Утвердил:
 Директор МБОУ СОШ №4
 Голстоусова О.И. 
 № 0000114/2025г.


МЕНЮ

нач.школа 1-4 класс

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки,	Жиры,	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			г всего	г всего					
1 день									
Обед									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60,0	0,95	3,58	5,53	55,53	0,00	1,8	0,3
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200,0	1,97	4,51	15,01	106,5	0,00	0	0,4
16/8	Биточки (котлеты) из мяса свинины паровые	100,0	11,31	21,55	6,41	265,4	0,00	0	0,5
46/3	Макаронные изделия отварные	150,0	5,3	2,98	34,11	183,9	0,00	0	0,38
-	Напиток с витаминами Витошка	200,0	0	0	18,95	70,71	0,00	0	0
-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35	0,00	0	0
Итого за 'Обед'			25,24	34,3	118	867,2	0,00	1,8	1,58
2 день									
Обед									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60,0	0,83	3,58	5,41	53,92	0,00	0	0,3
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200,0	2,56	1,96	18,88	101,9	0,00	0	0,4
	Котлета рыбная "Лада"	100,0	12,89	11,9	9,75	195,9	0,75	0	0,5
3/3	Картофельное пюре	150,0	3,11	3,67	22,07	132,6	0,00	0	0,23
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200,0	0,5	0,21	25,05	95,6	0,00	15	0
-	Батон	60,0	4,62	1,8	31,98	161,7	0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35	0,00	0	0
Итого за 'Обед'			27,15	23,58	129,8	819	0,75	15	1,43
3 день									
Обед									

44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60,0	1,08	3,73	7,89	68,63	0,00	0	0,3
3/2	Борщ со сметаной (вариант 2)	200,0	1,5	4,35	8,85	77,33	0,00	0	0,4
4/9	Плов из мяса кур	250,0	22,9	18,59	47,91	449,2	0,00	0	0,5
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200,0	1,02	0,06	18,29	69,02	0,00	5	0
-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35	0,00	0	0
Итого за 'Обед'			32,23	28,41	120,9	849,3	0,00	5	1,2

4 день

Обед

	Икра из кабачков	60,0	1,14	5,34	5,94	73,45	0,00	0	0
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200,0	4,43	4,45	19,45	131,2	0,00	0	0,4
	Котлета детская	100,0	12,85	15,41	11,92	236,4	0,45	0	0,5
41/3	Каша перловая с овощами	150,0	4,91	4,4	37,15	200,2	0,00	0	0,38
-	Кисель с витаминами	200,0	0	0	22,33	91,53	0,00	0	0
-	Витошка								
-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35	0,00	0	0
Итого за 'Обед'			29,05	31,28	134,8	918	0,45	0	1,28

5 день

Обед

49-1/1	Винегрет овощной	60,0	0,96	3,27	6,36	56,73	0,00	0	0,27
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200,0	5,42	8,52	12,31	145	0,00	0	0,4
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (филе)	100,0	17,01	3,61	9,29	138	0,00	0	0,5
48/3	Горошница с морковью	150,0	9,15	2,74	28,07	164,1	0,00	0	0
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200,0	1,02	0,06	18,29	69,02	0,00	5	0
-	Батон	60,0	4,62	1,8	31,98	161,7	0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35	0,00	0	0
Итого за 'Обед'			40,83	20,48	123	811,8	0,00	5	1,17

6 день

Обед

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60,0	0,92	3,58	5,59	55,62	0,00	1,8	0,3
12/2	Суп картофельный со сметаной	200,0	1,36	2,43	10,54	67,93	0,00	0	0,4

12/8	Гуляш из мяса свинины	100,0	11,62	28,84	5,37	326,4			
							0,00	0	0,5
46/3	Макаронные изделия отварные	150,0	5,3	2,98	34,11	183,9			
							0,00	0	0,38
-	Напиток с витаминами Витошка	200,0	0	0	18,95	70,71			
							0,00	0	0
-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8			
							0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35			
							0,00	0	0
Итого за 'Обед'			24,91	39,5	112,6	889,8	0,00	1,8	1,58

7 день

Обед

-	Помидор	60,0	0,65	0,12	3,06	15,25			
							0,00	0	0
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200,0	2,56	1,96	18,88	101,9			
							0,00	0	0,4
2/7	Рыба отварная под маринадом	100,0	11,07	9,82	6,6	155,6			
							0,00	1,67	0,28
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150,0	3,63	3,18	38,26	196,7			
							0,00	0	0,38
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200,0	0,5	0,21	25,05	95,6			
							0,00	15	0
-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8			
							0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35			
							0,00	0	0
Итого за 'Обед'			24,13	16,96	129,9	750,2	0,00	16,67	1,05

8 день

Обед

-	Огурец свежий	60,0	0,47	0,06	2,06	9,367			
							0,00	0	0
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200,0	4,43	4,45	19,45	131,2			
							0,00	0	0,4
3/9	Рагу из мяса кур	250,0	24,7	27,26	26,66	447,9			
							0,00	0	0,63
-	Кисель с витаминами Витошка	200,0	0	0	22,33	91,53			
							0,00	0	0
-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8			
							0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35			
							0,00	0	0
Итого за 'Обед'			35,32	33,45	108,5	865,2	0,00	0	1,03

9 день

Обед

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	60,0	0,84	3,68	6,21	60,58			
							0,01	0	0,3
3/2	Борщ со сметаной (вариант 2)	200,0	1,5	4,35	8,85	77,33			
							0,00	0	0,4
	Котлета Домашняя	100,0	14,05	20,76	10,83	285,6			
							0,45	0	0,5
3/3	Картофельное пюре	150,0	3,11	3,67	22,07	132,6			
							0,00	0	0,23
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200,0	1,02	0,06	18,29	69,02			
							0,00	5	0

-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35	0,00	0	0
Итого за 'Обед'			26,24	34,19	104,3	810,3	0,46	5	1,43

10 день

Обед

	Икра из кабачков	60,0	1,14	5,34	5,94	73,45	0,00	0	0
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200,0	5,42	8,52	12,31	145	0,00	0	0,4
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (филе)	100,0	17,01	3,61	9,29	138	0,00	0	0,5
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150,0	8,61	6,83	45,65	265,9	0,00	0	0,38
	Компот из облепихи вариант 2,	200,0	0,19	0,06	13,15	51,03	0,00	10	0
-	Батон	40,0	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0
-	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,48	16,68	77,35	0,00	0	0
Итого за 'Обед'			38,09	26,04	124,3	858,5	0,00	10	1,28

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 64075045638428745403327213019230093705736652815

Владелец Толстоусова Оксана Петровна

Действителен с 07.05.2024 по 07.05.2025