

МБОУ «Долинненская СОШ им. Перепадина А.И.»
Утверждаю: _____ Колесник Н.О.
Дата: 10 марта 2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная	250	7,18	12,76	38,55	298,81
Какао с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00
Сыр порциями	15	3,48	4,42	0,00	54,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
Стоимость, руб.					78,05 руб.

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем	200	1,80	4,92	10,93	103,75
Птица тушенная в соусе	100	11,65	11,66	3,51	166,00
Каша вязкая	150	4,58	5,01	20,52	145,5
Дополнительный гарнир /овоши по-сезону порционно/	30	0,25	1,51	0,55	16,8
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная	250	7,18	12,76	38,55	298,81
Какао с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00
Сыр порциями	15	3,48	4,42	0,00	54,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75
Птица тушенная в соусе	100	11,65	11,66	3,51	166,00
Каша вязкая	180	5,50	6,01	24,63	145,50
Дополнительный гарнир /овоши по-сезону порционно/	30	0,25	1,51	0,55	16,80
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70
Стоимость, руб.					147,42 руб.

Ответственный по питанию _____ Кавранова Я.И.
Медицинский работник _____ Рябина Т.А.
Заведующий производством _____ Позднякова Е.В.

МБОУ «Долинненская СОШ им. Перепадина А.И.»

Утверждено: _____ Колесник Н.О.

Дата: 17 марта 2025г

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Котлета рыбная соусом томатным	100	8,69	7,33	12,46	150,00
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Салат из овощей по — сезону	30	0,35	0,06	2,16	10,53
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00
Стоимость, руб.		78,05 руб.			

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
ОБЕД						
Суп картофельный с крупой	200	2,15	2,27	13,96	94,60	
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	
Котлеты мясные с соусом томатным	90	8,15	9,07	9,85	154,00	
Дополнительный гарнир /овоши по-сезону порционно/	30	0,24	0,03	0,51	3,0	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Компот из свежих плодов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	
Стоимость, руб.		73,71 руб.				

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Котлета рыбная соусом томатным	100	8,69	7,33	12,46	150,00
Картофельное пюре	180	3,84	11,35	22,30	214,33
Салат из овощей по — сезону	30	0,35	0,06	2,16	10,53
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00

ОБЕД					
Суп картофельный с крупой	250	2,69	2,84	17,46	118,25
Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
Котлеты мясные с соусом томатным	90	8,15	9,07	9,85	154,00
Дополнительный гарнир /овоши по-сезону порционно/	30	0,24	0,03	0,51	3,0
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из свежих плодов	180	0,40	0,02	24,99	101,70

Стоимость, руб.

147,42 руб.

Ответственный по питанию _____ Кавранова Я.И.

Медицинский работник _____ Рябкина Т.А.

Заведующий производством _____ Позднякова Е.В.

МБОУ «Долинская СОШ им. Перепалкина А.И.»
Утверждаю: Колесник Н.О.
Дата: 12 марта 2025г

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Салат из овощей по- сезону	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Плов из птицы	180	15,20	8,88	32,81	272,40
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Кондитерское изделие	50	4,71	7,42	25,58	188,00
Стоимость, руб.		78,05 руб.			

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60
Птица, тушенная в соусе с овощами	150	12,50	11,17	12,90	202,00
Салат из овощей по- сезону	30	0,74	0,05	6,89	49,02
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Салат из овощей по- сезону	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Плов из птицы	180	15,20	8,88	32,81	272,40
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	40	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Кондитерское изделие	50	4,71	7,42	25,58	188,00
ОБЕД					
Суп с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25
Птица, тушенная в соусе с овощами	180	15,00	13,40	15,48	242,40
Салат из овощей по- сезону	30	0,37	0,03	3,44	24,51
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Стоимость, руб.		147,42 руб.			

Ответственный по питанию Кавранова Я.И.
Медицинский работник Рябкина Т.А.
Заведующий производством Позднякова Е.В.

МБОУ «Долиннская СОШ им. Перепадина А.И.»

Утверждаю: _____ Колесник Н.О.

Дата: _____ 14 марта 2025г

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

 БАШКИРСКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР РЕСПУБЛИКИ БРЯТ ИНН 9104010010	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Запеканка из творога с яблоч. соусом	160	17,54	13,27	47,60		324,00
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99		40,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49		70,50
	Фрукты свежие	130	1,80	0,60	25,20		115,20
Стоимость, руб.		78,05 руб.					

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
ОБЕД						
Суп картофельный с крупой	200	2,15	2,27	13,96	94,60	
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61	
Котлеты рубленые из птицы с соусом томатным	90	8,15	9,07	9,85	154,00	
Салат из овощей по- сезону	30	1,02	3,00	5,07	51,42	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Компот из свежих плодов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	
Стоимость, руб.		73,71 руб.				

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Запеканка из творога с яблоч. соусом	160	17,54	13,27	47,60		324,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99		40,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49		70,50
Фрукты свежие	130	1,80	0,60	25,20		115,20
ОБЕД						
Суп картофельный с крупой	250	2,69	2,84	17,46		118,25
Картофельное пюре	180	3,84	11,35	22,30		214,33
Котлеты рубленные из птицы с соусом томатным	100	8,15	9,07	9,85		154,00
Салат из овощей по- сезону	30	1,02	3,00	5,07		51,42
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49		70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02		52,20
Компот из свежих плодов	180	0,40	0,02	24,99		101,70
Стоимость, руб.		147,42 руб.				

Ответственный по питанию Скворцова Кавранова Я.И.

Медицинский работник Рякина Т.А.

Заведующий производством Позднякова Е.В.

МБОУ «Долинская СОШ им. Перепалкина А.И.»
Утверждаю: _____ Колесник Н.О.
Дата: _____



Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Гуляш из отварной говядины	90	8,27	9,12	7,81		168,71
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45		168,45
Салат из овощей по-сезону	30	0,25	1,51	0,77		17,73
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49		70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02		52,20
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20		41,00
Стоимость, руб.					78,05 руб.	
Возрастная категория: 7- 11 лет учащиеся 1-4 классов						

Возрастная категория: 1-4 класс в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
Рыба, запеченная с морковью	90	8,78	4,09	3,45	98,00
Каша вязкая	150	3,07	4,87	31,89	184,86
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	40	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из свежих плодов	180	0,40	0,02	24,99	101,70
Стоимость, руб.					73,71 руб.

Возрастная категория: 11 лет и старше	класс в первом классе
---------------------------------------	-----------------------

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Гуляш из отварной говядины	90	8,27	9,12	7,81		168,71
Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73		202,14
Салат из овощей по-сезону	30	0,25	1,51	0,77		17,73
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49		70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02		52,20
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20		41,00
ОБЕД						
Суп из овощей	250	1,59	4,99	9,15		95,25
Рыба, запеченная с морковью	100	8,78	4,09	3,45		98,00
Каша вязкая	180	3,07	4,87	31,89		184,86
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	14,49		70,50
Хлеб ржано — пшеничный	40	1,98	0,36	10,02		52,20
Компот из свежих плодов	180	0,40	0,02	24,99		101,70
Стоимость, руб.					147,42 руб.	

Ответственный по питанию С.И. Кавранова Я.И.
Медицинский работник Рябкина Т.А.
Заведующий производством Позднякова Е.В.