



Утверждаю:
 Директор МБОУ «Краснощековская СОШ №1»
 М.П.Мозговая
 « 02.08 » 2025 г.

Меню для учащихся 7 - 11 лет
 МБОУ «Краснощековская СОШ №1» и её филиалов Краснощековская ООШ, Акимовская СОШ, Суетская СОШ, Усть-Беловская ООШ,
 Камышенская ООШ, Верх-Камышенская СОШ, Усть-Козлухинская СОШ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 1 день	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	3,1	1,07	4,8	95,3	297°
	Тефтели	100	6,04	12,12	3,8	169	ТУ 9214-121-388 26547-2015
	Сок овощные, плодовые и ягодные	200	1	-	21,2	88	707°
	Хлеб пш. 1с	30	2,07	0,24	13,8	67,5	ГОСТ 27342-88
	Хлеб пш-рж	30	1,86	0,27	13,5	65,4	ГОСТ 2077-84
	Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44	588°
	Итого	560	15,37	16,1	61,3	529,2	
2 день	Макароны с сыром	200/20/10	3,08	11,87	9,45	202,1	333°
	Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах	200	1,36	-	8,02	46,1	648°
	Хлеб пш. 1с	30	2,07	0,24	13,8	67,5	ГОСТ 27342-88
	Хлеб пш-рж	30	1,86	0,27	13,5	65,4	ГОСТ 2077-84
	Булочка с творогом	50	6,93	1,97	10,51	89,36	СТО 03553053 002-2015
	Итого	540	15,3	14,35	55,28	470,46	
3 день	Каша жидкая (пшеничная)	200	5,04	7,27	15,2	145,8	311°
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	5	28	685°
	Хлеб пш. 1с	30	2,07	0,24	13,8	67,5	ГОСТ 27342-88
	Хлеб пш-рж	30	1,86	0,27	13,5	65,4	ГОСТ 2077-84
	Яблоко	200	0,8	-	5	54	
	Кондитерские изделия	35	2,64	1,16	3,34	103	ТУ 9131 0060357558
Сыр порциями	20	1,79	5,9	0,15	48	97°	
	Итого	715	14,4	14,84	55,99	511,7	

	Хлеб пш-рж	30	1,86	0,27	13,5	65,4	ГОСТ 2077-84
	Итого	510	13,93	13,97	48,78	479,7	
4 день	Бобовые отварные (гор. пюре)	160	4,65	3,81	6,8	64,2	330°
	Котлеты	100	4,8	10,4	4,9	270	ТУ 10.13.14-018-86437982-2016
	Соки овощные, плодовые и ягодные	200	1	0	21,2	88	707°
	Хлеб пш. 1с	30	2,07	0,24	13,8	67,5	ГОСТ 27342-88
	Хлеб пш-рж	30	1,86	0,27	13,5	65,4	ГОСТ 2077-84
	Итого	520	14,38	14,72	60,2	515,1	
5 день	Пюре картофельное	180	1,1	1,0	21,0	227,0	520°
	Птица тушеная в сметанном соусе	150	9,5	13,2	4,4	97,4	493°
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	5	28	685°
	Хлеб пш. 1с	30	2,07	0,24	13,8	67,5	ГОСТ 27342-88
	Хлеб пш-рж	30	1,86	0,27	13,5	65,4	ГОСТ 2077-84
	Итого	590	14,73	14,71	57,7	485,3	

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах. Москва 2004г.

** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Пермь 2008г.

Фельдшер
Повар

Лямкина
Кошелева
Л.О. Лямкина
Г.Е. Кошелева