

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

ОБЕД
2025-2026 учебный год

Категория: Школьники от 7 до 11 лет

Утверждено:
приказом № 352 от 10.10.2025г.

Врио директора МБОУ "Школы №1 имени Мостового
О.В.Кузнецова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: krah.kirov.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Кузнецова Ольга Владимировна
Действителен с: 15.07.2025, 05:19
Действителен до: до 08.10.2026, 05:19
Ключ подписи: 0085B31C18BF748C3BFA68B1D7A498C1B7

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г					Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	С	Д	
День: понедельник Неделя: 1 Сезон:осенне-зимний									
82	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	4,14	6,40	6,40	70,00	
309	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	180	5,80	5,20	32,50	32,50	205,00	
260	ОБЕД	Гуляш куриного филе	100	14,55	2,89	221,00	221,00	221,00	
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	10,60	51,00	
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	10,60	51,00	
270	ОБЕД	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	20,20	85,00	
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	100	1,30	3,20	6,50	6,50	60,40	
338	ОБЕД	Банан	115	1,50	0,50	21,00	21,00	96,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			880	27,49	29,75	89,69	89,69	743,40	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			880	27,49	29,75	89,69	89,69	743,40	
День: вторник Неделя: 1 Сезон:осенне-зимний									
96	ОБЕД	Рассольник пенитрадский	200	1,60	4,10	9,60	9,60	85,80	
312	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,10	6,40	27,30	27,30	183,00	
229	ОБЕД	Рыба тушеная в томате с овощами	100	12,30	2,93	1,50	1,50	80,93	
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	10,60	51,00	
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	10,60	51,00	
377	ОБЕД	Чай с лимоном	200/7	0,50	0,00	9,90	9,90	41,60	
338	ОБЕД	Банан	115	1,50	0,50	21,00	21,00	96,00	
67	ОБЕД	винегрет	100	1,37	10,18	7,32	7,32	127,17	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			715	23,39	14,35	90,50	90,50	589,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			715	23,39	14,35	90,50	90,50	589,33	
День: среда Неделя: 1 Сезон:осенне-зимний									
91	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	4,94	4,02	20,54	20,54	138,30	
302	ОБЕД	Каша гречневая рассычатая	180	11,50	8,10	47,50	47,50	279,00	
297	ОБЕД	Фрикаделька из птицы	90	10,28	15,35	6,07	6,07	222,50	
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	10,60	51,00	
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	10,60	51,00	
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	100	1,30	3,20	6,50	6,50	60,40	
270	ОБЕД	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	20,20	85,00	
338	ОБЕД	Банан	115	1,50	0,50	21,00	21,00	96,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			670	32,41	31,09	122,01	122,01	887,20	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			670	32,41	31,09	122,01	122,01	887,20	
День: четверг Неделя: 1 Сезон:осенне-зимний									
102	ОБЕД	суп картофельный с фасолью	200	5,12	5,35	27,95	27,95	128,25	
259	ОБЕД	Жаркое по-домашнему с говядиной	130/50	14,10	21,80	18,90	18,90	338,50	
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	10,60	51,00	
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	10,60	51,00	
377	ОБЕД	Чай с лимоном	200	0,50	0,00	9,90	9,90	41,60	
52	ОБЕД	салат из отварной свеклы	100	1,43	6,09	8,36	8,36	93,90	
6/1	ОБЕД	Сыр порционный	30	6,38	5,00	12,77	12,77	159,84	
338	ОБЕД	Банан	115	1,50	0,50	21,00	21,00	96,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			600	24,54	33,66	86,31	86,31	704,25	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			600	24,54	33,66	86,31	86,31	704,25	
День: пятница Неделя: 1 Сезон:осенне-зимний									
103	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,14	2,44	13,71	13,71	114,20	
169	ОБЕД	Каша рисовая рассычатая	180	3,80	4,60	40,00	40,00	217,10	
297	ОБЕД	Фрикаделька из куриного филе	90	10,28	15,35	6,07	6,07	222,50	
67	ОБЕД	винегрет	100	1,37	10,18	7,32	7,32	127,17	
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	10,60	51,00	
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	10,60	51,00	
349	ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,10	32,00	32,00	132,80	
338	ОБЕД	Банан	115	1,50	0,50	21,00	21,00	96,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			870	21,68	33,09	120,30	120,30	915,77	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			870	21,68	33,09	120,30	120,30	915,77	

День: понедельник Неделя:2 Сезон:осенне-зимний										
82	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	4,14	6,40	70,00			
309	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	180	5,80	5,20	32,50	205,00			
260	ОБЕД	Гуляш из куриного филе	100	14,55	16,79	2,89	221,00			
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	51,00			
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	51,00			
270	ОБЕД	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	85,00			
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	100	1,30	3,20	6,50	60,40			
338	ОБЕД	банан	115	1,50	0,50	21,00	96,00			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			980	27,49	29,75	89,69	743,40			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			980	27,49	29,75	89,69	743,40			
День: вторник Неделя:2 Сезон:осенне-зимний										
96	ОБЕД	Рассольник ленинградский	200	1,60	4,10	9,60	85,80			
169	ОБЕД	Каша рисовая рассыпчатая	180	3,80	4,50	40,00	217,10			
229	ОБЕД	Рыба тушеная в томате с овощами	100	12,30	2,93	1,50	80,93			
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	51,00			
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	51,00			
377	ОБЕД	Чай с лимоном	200/7	0,50	0,00	9,90	41,60			
338	ОБЕД	банан	115	1,50	0,50	21,00	96,00			
67	ОБЕД	винегрет	100	1,37	10,18	7,32	127,17			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1000	23,09	12,55	103,20	623,43			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			1000	23,09	12,55	103,20	623,43			
День: среда Неделя:2 Сезон:осенне-зимний										
91	ОБЕД	Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	4,94	4,02	20,54	138,30			
312	ОБЕД	Картофельное пюре	200	4,10	6,40	27,30	183,00			
255	ОБЕД	печень по-строгановски	150	19,89	16,85	5,28	277,50			
52	ОБЕД	салат из отварной свеклы	100	1,43	6,09	8,36	93,90			
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	51,00			
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	51,00			
270	ОБЕД	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	85,00			
338	ОБЕД	банан	115	1,50	0,50	21,00	96,00			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			940	34,75	33,78	102,88	879,70			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			940	34,75	33,78	102,88	879,70			
День: четверг Неделя:2 Сезон:осенне-зимний										
102	ОБЕД	суп картофельный с фасолью	200	5,12	5,35	27,95	128,25			
302	ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,50	8,10	47,50	279,00			
297	ОБЕД	фрикаделька из куриного филе	90	10,28	15,35	6,07	222,50			
67	ОБЕД	винегрет	100	1,37	10,18	7,32	127,17			
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	51,00			
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	51,00			
270	ОБЕД	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	85,00			
6/1	ОБЕД	Сыр порционный	30	6,38	5,00	12,77	159,84			
338	ОБЕД	банан	115	1,50	0,50	21,00	96,00			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			960	32,66	39,40	130,24	943,92			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			960	32,66	39,40	130,24	943,92			
День: пятница Неделя:2 Сезон:осенне-зимний										
103	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,14	2,44	13,71	114,20			
244	ОБЕД	Плов из отварной говядины	130/50	19,95	20,70	29,59	384,11			
2	ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,69	0,22	10,60	51,00			
3	ОБЕД	Хлеб ржаной	50	1,70	0,20	10,60	51,00			
45	ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	100	1,30	3,20	6,50	60,40			
270	ОБЕД	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	85,00			
338	ОБЕД	банан	115	1,50	0,50	21,00	96,00			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			600	27,78	26,76	91,20	745,71			
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			600	27,78	26,76	91,20	745,71			
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:										
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			600	27,78	26,76	91,20	745,71			
				3,26	3,42	14,5	8095,52			

Средняя цена