

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старосельская СОШ»
 Божарев В.Л./

Меню – требование

День: 2 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-4

Сезон: Весна-лето Дата: 1.04.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			б/ж	б/ж	к/ж		
1	ЗАВТРАК Каша/молочная каша с маслом и сахаром.	150	1,54	3,81	18,9	108,9	111
		18/30	4,43	6,88	14,56	139	3
		150	3,67	3,99	15,82	106,67	266
2	II ЗАВТРАК Яйца	180	5,22	4,50	7,20	99,00	270
		40	0,30	2,40	0,94	27,00	28
3	ОБЕД Салат из св/огурцов с сметаной	200	1,50	3,90	6,8	67,80	56
		120	2,44	3,89	16,35	110,40	216
		30	7,80	4,35	28,30	114,00	163
		180	0,4	0,018	24,98	101,68	253
		40	3,17	0,53	21,07	101,91	
4	ПОЛДНИК	100	14,78	12,40	18,37	253,00	149
		130	0,61	0,25	18,67	78,37	267

Меню составил: Лесота Итого: _____ Дата составления меню: 31.03.25



Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старосальпинская СОШ»
 МКОУ / Бочкарев В.Л./



Меню – требование

День: 1 Неделя: 1

Сезон: Весна

Возрастная категория: 3-4 класс

Дата: 31.03.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	ЗАВТРАК Каша пшеничная вязкая с семенами льна	150	4.11	4.29	25.20	153,80	106
		10/30	2.46	7.55	14,62	136,27	1
		180	0.12	0.02	10,20	41,46	262
2	II ЗАВТРАК Чай с семенами льна	200	0.0	0.0	23,85	114,48	268
		200	0.0	0.0	23,85	114,48	268
3	ОБЕД Салат из св/огурков	40	0.30	2.40	0,94	27,00	28
		200	1.26	3.08	9,96	42,56	60
		100	6.82	5.23	32,70	205,15	124
		80	11,57	9,31	2,97	141,91	147
		180	0,4	0,02	24,98	101,68	253
		40	3,17	0,53	21,07	101,41	
4	ПОЛДНИК Булочка "Васкушка"	50	3,90	3,06	26,93	150,86	293
		180	0,06	0,02	9,99	40,38	261

Меню составил: Месота

Итого:

Дата составления меню: 28.03.25

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старосельинская СОШ»
 Бочкарев В.Л./

Меню – требование

День: 3 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-4 класс

Сезон: Лето Дата: 2.04.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша германская тигровая с шоколадом	150	2,55	4,08	14,12	115,28	111
		16/40	4,73	6,88	14,56	138	3
		180	2,35	2,41	14,36	50,53	264
2	II ЗАВТРАК Салат	200	0,0	0,0	23,85	114,48	268
3	ОБЕД Средин из свеклы и моркови с томатной заливкой	40	0,42	2,80	1,37	29,12	30
		200	2,16	2,26	13,82	83,50	64
		100	2,01	3,77	6,76	69,05	84
		90	11,25	9,17	8,88	160,21	181
		130	0,4	0,018	24,98	101,68	253
		40	3,17	0,53	21,09	101,41	
4	ПОЛДНИК	60	4,58	4,33	24,75	183,00	245
		130	2,67	2,34	14,31	88,98	263

Меню составил: Медведева Итого: _____ Дата составления меню: 1.04.25

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старосальинская СОШ»
 Бочкарев В.Л./
 МКОУ «Старосальинская СОШ»

Меню – требование

День: 4 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: весна - лето Дата: 3.04.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Суп с макаронами и овощами	150	4,32	3,92	14,13	109,04	68
	Пюре картофельное	10/30	2,46	4,55	14,62	136,24	1
	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	9,99	40,00	269
2	II ЗАВТРАК Шоколад	180	5,22	4,50	7,56	91,62	240
3	ОБЕД Салат без овощей и помидор	40	0,38	2,42	1,6	28,20	39
	Фрикадельки с капустой соевые	200	1,46	3,32	10,20	81,92	52
	Пюре из картофеля	200	14,20	8,40	42,80	324,00	443
	Компот из сухофрукт.	180	0,33	0,02	20,88	85,00	253
	Чай с сахаром	20	1,58	0,2	9,66	44	
	Чай без сахара	30	1,98	0,36	10,02	52	
4	ПОЛДНИК Яблоки, запеченные с творогом	85	3,99	2,28	22,25	124,00	259
	Молоко	180	5,48	4,88	9,04	102,12	269

Меню составил: Лесова Итого: _____ Дата составления меню: 2.04.25

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старосальтинская СОШ»
 Вочкарев В.Л./

Старосальтинская СОШ

Меню – требование

День: 5 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-4 класс

Сезон: Зима Дата: 4.04.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша «Дружба» с молоком и вареньем	150	4,97	6,13	22,17	169,13	107
		16/30	4,43	6,88	14,56	139	3
		180	3,67	3,19	15,82	106,67	268
2	II ЗАВТРАК Сок	200	0,0	0,0	28,62	119,48	268
		40	1,80	3,14	2,80	49,20	37
3	ОБЕД Салат из овощей с майонезом	200	4,60	3,20	9,80	86,40	63
		200	21,71	16,55	15,02	236,00	145
		180	14,15	14,06	11,68	241,88	253
		40	3,14	0,53	21,07	101,44	
4	ПОЛДНИК Рыба в масле	80	14,14	3,86	2,54	101,40	159
		180	0,61	0,25	79,00	79,00	267

Меню составил: Суслова Итого: _____ Дата составления меню: 3.04.25