

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Приобская средняя
общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
К.В.Заболотская
05.05.2025г.

Ежедневное меню основного питания

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Приобская средняя
общеобразовательная школа»**

Возрастная категория: 7-11 лет

05.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	205	179,38
	Булочка	50	211,00
	Сыр твердых сортов	10	25,00
	Масло сливочное (порциями)	10	67,00
	Какао с молоком	200	107,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		475	589,38
ОБЕД:	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104
	Гуляш из говядины	100	164,00
	Каша гречневая рассыпчатая	150	179,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Сок овощной	200	129,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		795	665,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 270	1 254,51

06.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	344
	Чай с сахаром	200	51
	Йогурт промышленного производства	125	55,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		525	450
ОБЕД:	Кукуруза консервированная(после термической обработки)	80	33,00
	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104
	Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	183
	Картофель отварной	150	130,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Компот из кураги	200	120,00
	Фрукт в ассортименте	180	63,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		910	760,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 435	1 201,13

07.05.2025г

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Икра кабачковая	80	64,00
	Печень тушеная с овощами	100	134,00
	Рис припущенный	150	148,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Кофейный напиток	200	176
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		560	579,75
ОБЕД:	Салат овощной	80	80,00
	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	135,00
	Курица припущенная с маслом	90/5	177,
	Макароны отварные	150	189,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Напиток лимонный	200	63,00
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	140,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		815	894,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1375	1481,88
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		4080	3937
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1360	1312

Возрастная категория: 12-17 лет

05.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	205	179,38
	Булочка	50	211,00
	Сыр твердых сортов	10	25,00
	Масло сливочное (порциями)	10	67,00
	Какао с молоком	200	107,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		475	589,38
ОБЕД:	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104
	Гуляш из говядины	100	164,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	237,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Сок овощной	200	129,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		865	719,63
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 340	1 309,01

06.05.2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	344
	Чай с сахаром	200	51
	Йогурт промышленного производства	125	55,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		525	450
ОБЕД:	Кукуруза консервированная(после термической обработки)	100	40,00
	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104,00

	Рыба тушеная в томате с овощами	120/50	201,00
	Картофель отварной	180	156,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Компот из кураги	200	120,00
	Фрукт в ассортименте	180	63,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		980	811,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 505	1 261,13

07.05.2025г

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Икра кабачковая	100	75,00
	Печень тушеная с овощами	120	166,00
	Рис припущенный	180	176,00
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Кофейный напиток	200	176
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		560	650,75
ОБЕД:	Салат овощной	100	100,00
	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной	250/10/5	135,00
	Курица припущенная с маслом	100/5	197,00
	Макароны отварные	180	227,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Напиток лимонный	200	63,00
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	140,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		825	972,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1455	1630,88
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		4300	4202
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1433	1401

