



"Утверждаю"
 Директор МАОУ СОШ №24
 Т.М. Заостровных

МЕНЮ
 Февраль 2025 г. - Май 2025 г.

Льготники
 Родительская плата
 Старшая коррекция
 Класс-комплект
 Сотрудники

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.				
1 день										
Завтрак										
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200,0	8,84	0,07	8,69	2,3	46,08	286,2	14,52	
16/8	Котлета школьная	100,0	10,87	9,27	23,41	2,4	10,07	293,9	48,73	
6/10	Напиток из сухофруктов	200,0	0,51	0	0,03	0,03	11,59	43,8	2,00	
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	2,73	
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
Итого за 'Завтрак'			24,18	9,34	32,69	5,29	94,31	749,1		
Итого за день			24,18	9,34	32,69	5,29	94,31	749,1	69,98	100,00
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,5	0	23	0	95,75	680		
Отклонение			1,68	9,34	9,69	5,29	-1,44	69,06		
Содержание, % от калорийности			13		41		46			

2 день										
Завтрак										
38/3	Рис отварной	200,0	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	298,1	17,11	
16/8	Котлета детская	100,0	17,22	9,27	24	2,4	10,07	324,6	42,67	
10/10	Компот из кураги	200,0	0,25	0	0,01	0,01	13,13	49,77	4,40	
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	2,73	
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
Итого за 'Завтрак'			26,51	9,34	31,68	3,69	103	797,7		
Итого за день			26,51	9,34	31,68	3,69	103	797,7	68,91	100,00
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			22,5	0	23	0	95,75	680		
Отклонение			4,01	9,34	8,68	3,69	7,28	117,7		

Содержание, % от калорийности

14

36

50

3 день
Завтрак

48/3	Горошница	200,0	1,59	0,03	3,61	1,2	33,19	201,3	9,20
5/9	Биточки (котлеты) рубленные из птицы	100,0	17,07	0,56	10,29	4,5	14,46	219	37,74
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200,0	0,62	0	0,15	0,15	5,43	24,57	4,70
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	2,73
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00

Итого за 'Завтрак' 33,25 0,59 14,6 6,41 79,66 570,1 56,37 100,00

Итого за день 33,25 0,59 14,6 6,41 79,66 570,1 56,37
 Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше) 22,5 0 23 0 95,75 680
 Отклонение 10,75 0,59 -8,4 6,41 -16,09 -110
 Содержание, % от калорийности 24 24 52

4 день
Завтрак

46/3	Макаронные изделия отварные	200,0	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	279,8	16,81
5/9	Котлета из филе кури	100,0	14,12	0,04	4,41	0,11	6,93	124,5	34,52
6/10	Напиток из сухофруктов	200,0	0,51	0	0,03	0,03	11,59	43,8	2,00
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	2,73
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00

Итого за 'Завтрак' 27,48 2,71 11,24 1,5 84,12 573,3 58,06 100,00

Итого за день 27,48 2,71 11,24 1,5 84,12 573,3 58,06
 Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше) 22,5 0 23 0 95,75 680
 Отклонение 4,98 2,71 -11,8 1,5 -11,63 -107
 Содержание, % от калорийности 20 15 65

5 день

Завтрак

20/5	Суфле творожное школьное на раст	240,0	34,72	35,13	23,58	7,41	32,63	483,6	91,42	
-	Молоко сгущенное	20,0	1,44	1,44	1,7	0	11,1	63,48	6,32	
27/10	Чай (вариант 2)	200,0	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17	1,60	
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,18	0,18	15,54	71,79	2,73	
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
4/13	Сыр (порциями)	30,0	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	21,20	

Итого за 'Завтрак'**48,21 44,46 33,85 8 76,82 802,3****125,27 100,00****Итого за день****48,21 44,46 33,85 8 76,82 802,3****125,27**

Норма (СанПиН
2.3/2.4.3590-20 12
лет и старше)

22,5 0 23 0 95,75 680

Отклонение

25,71 44,46 10,85 8 -18,93 122,3

Содержание, % от
калорийности

25 39 37

6 день

Завтрак

38/3	Рис отварной	200,0	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	298,1	17,11	
16/8	Котлета домашняя	100,0	13,73	12,26	20,7	2,39	8,98	277,3	64,99	
10/10	Компот из кураги	200,0	0,25	0	0,01	0,01	13,13	49,77	4,40	
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	2,73	
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	

Итого за 'Завтрак'**23,03 12,33 28,38 3,68 101,9 750,3****91,23 100,00****Итого за день****23,03 12,33 28,38 3,68 101,9 750,3****91,23**

Норма (СанПиН
2.3/2.4.3590-20 12
лет и старше)

22,5 0 23 0 95,75 680

Отклонение

0,53 12,33 5,38 3,68 6,19 70,32

Содержание, % от
калорийности

12 35 53

7 день

Завтрак

48/3	Горошница	200,0	11,59	0,03	3,61	1,2	33,19	201,3	9,20	
5/9	Биточки (котлеты) рубленые из птицы	100,0	17,07	0,56	10,29	4,5	14,46	219	37,74	
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200,0	0,62	0	0,15	0,15	5,43	24,57	4,70	
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	2,73	
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	

Итого за 'Завтрак'	33,25	0,59	14,6	6,41	79,66	570,1		56,37	100,00
Итого за день	33,25	0,59	14,6	6,41	79,66	570,1		56,37	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	22,5	0	23	0	95,75	680			
Отклонение	10,75	0,59	-8,4	6,41	-16,09	-110			
Содержание, % от калорийности	24		24		52				

8 день
Завтрак

39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200,0	8,84	0,07	8,69	2,3	46,08	286,2		14,52
16/8	Котлета школьная	100,0	10,87	9,27	23,41	2,4	10,07	293,9	48,73	
6/10	Напиток из сухофруктов	200,0	0,51	0	0,03	0,03	11,59	43,8		2,00
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17		2,73
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01		2,00
Итого за 'Завтрак'		24,18	9,34	32,69	5,29	94,31	749,1			

69,98 100,00

Итого за день	24,18	9,34	32,69	5,29	94,31	749,1		69,98	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	22,5	0	23	0	95,75	680			
Отклонение	1,68	9,34	9,69	5,29	-1,44	69,06			
Содержание, % от калорийности	13		41		46				

9 день
Завтрак

46/3	Макаронные изделия отварные	200,0	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	279,8		16,81
16/8	Котлета детская	100,0	17,22	9,27	24	2,4	10,07	324,6	42,67	
27/10	Чай (вариант 2)	200,0	0,2	0	0,05	0,05	5,03	20,17		1,60
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17		2,73
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01		2,00
Итого за 'Завтрак'		30,27	11,94	30,85	3,81	80,7	749,8			

65,81 100,00

Итого за день	30,27	11,94	30,85	3,81	80,7	749,8		65,81	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	22,5	0	23	0	95,75	680			
Отклонение	7,77	11,94	7,85	3,81	-15,05	69,76			

Содержание, % от
калорийности

16

37

47

10 день
Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой школьный на раст	200,0	19,42	20,66	22,4	5	3,33	292,1		
									53,98	
6/10	Напиток из сухофруктов	200,0	0,51	0	0,03	0,03	11,59	43,8		
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	2,73	
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,00	
4/13	Сыр (порциями)	30,0	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	21,20	

Итого за 'Завтрак'

31,78 28,55 30,97 5,58 41,5 566,3

81,91 100,00

Итого за день

31,78 28,55 30,97 5,58 41,5 566,3

81,91

Норма (СанПиН
2.3/2.4.3590-20 12
лет и старше)

22,5 0 23 0 95,75 680

Отклонение

9,28 28,55 7,97 5,58 -54,25 -114

Содержание, % от
калорийности

23 50 27

Итого за период

302,1 129,2 261,6 49,66 836,1 6878 743,89

Содержание, % от
калорийности

17,57 34,23 47,65 687,8