

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

# МЕНЮ

22.04.2025 г - 27.05.2025 г

Начальная школа

Начальная коррекция

| Но-<br>мер<br>рец.                             | Прием пищи,<br>наименование<br>изделий (блюд) | Вы-<br>ход, г | Белки, г |        | Жиры, г |        | Угле-<br>воды,<br>г | ЭЦ,<br>ккал | Цена,<br>руб | Доля,<br>% |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------|----------|--------|---------|--------|---------------------|-------------|--------------|------------|
|                                                |                                               |               | всего    | в т.ч. | всего   | в т.ч. |                     |             |              |            |
| 1 день                                         |                                               |               |          |        |         |        |                     |             |              |            |
| Завтрак                                        |                                               |               |          |        |         |        |                     |             |              |            |
| 47/3                                           | Макаронные<br>изделия отварные с<br>сыром     | 200,0         | 8,89     | 2,67   | 6,24    | 0,8    | 39,02               | 255,8       |              | 28,61      |
| 27/10                                          | Чай (вариант 2)                               | 200,0         | 0,2      | 0      | 0,05    | 0,05   | 5,03                | 20,17       | 1,34         |            |
| -                                              | Хлеб пшеничный                                | 40,0          | 2,64     | 0      | 0,23    | 0,23   | 20,72               | 95,73       | 3,64         |            |
| -                                              | Хлеб ржаной                                   | 30,0          | 1,98     | 0      | 0,36    | 0,36   | 12,51               | 58,01       | 2,00         |            |
| -                                              | Масло сливочное                               | 20,0          | 0,16     | 0,16   | 14,5    | 0      | 0,26                | 132,1       | 20,91        |            |
| -                                              | Яблоки                                        | 80,0          | 0,32     | 0      | 0,32    | 0,32   | 9,28                | 38,94       | 12,40        |            |
| Итого за 'Завтрак'                             |                                               |               | 14,19    | 2,83   | 21,7    | 1,76   | 86,82               | 600,8       |              |            |
|                                                |                                               |               |          |        |         |        |                     |             | 68,90        | 100,00     |
| Итого за день                                  |                                               |               | 14,19    | 2,83   | 21,7    | 1,76   | 86,82               | 600,8       | 68,90        |            |
| Норма (СанПиН<br>2.3/2.4.3590-20 7-<br>11 лет) |                                               |               | 19,25    | 0      | 19,75   | 0      | 83,75               | 587,5       |              |            |
| Отклонение                                     |                                               |               | -5,06    | 2,83   | 1,95    | 1,76   | 3,07                | 13,28       |              |            |
| Содержание, % от<br>калорийности               |                                               |               | 10       |        | 36      |        | 54                  |             |              |            |

2 день

Завтрак

|                                                |                           |       |       |      |       |      |       |       |       |        |
|------------------------------------------------|---------------------------|-------|-------|------|-------|------|-------|-------|-------|--------|
| 38/3                                           | Рис отварной              | 150,0 | 3,81  | 0,05 | 5,33  | 0,54 | 39,94 | 223,6 | 12,83 |        |
| 16/8                                           | Котлета школьная          | 90,0  | 9,78  | 8,34 | 21,07 | 2,16 | 9,06  | 264,5 | 44,05 |        |
| 6/10                                           | Напиток из<br>сухофруктов | 200,0 | 0,51  | 0    | 0,03  | 0,03 | 11,59 | 43,8  | 2,20  |        |
| -                                              | Хлеб пшеничный            | 40,0  | 2,64  | 0    | 0,23  | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |        |
| -                                              | Хлеб ржаной               | 30,0  | 1,98  | 0    | 0,36  | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 2,00  |        |
| -                                              | Мандарины                 | 60,0  | 0,48  | 0    | 0,12  | 0,12 | 5,64  | 24,36 | 10,80 |        |
| Итого за 'Завтрак'                             |                           |       | 19,2  | 8,39 | 27,14 | 3,44 | 99,46 | 710   | 75,52 | 100,00 |
| Итого за день                                  |                           |       | 19,2  | 8,39 | 27,14 | 3,44 | 99,46 | 710   | 75,52 |        |
| Норма (СанПиН<br>2.3/2.4.3590-20 7-<br>11 лет) |                           |       | 19,25 | 0    | 19,75 | 0    | 83,75 | 587,5 |       |        |
| Отклонение                                     |                           |       | -0,05 | 8,39 | 7,39  | 3,44 | 15,71 | 122,5 |       |        |

Содержание, % от  
калорийности

11

36

52

3 день

Завтрак

|      |                                               |       |      |      |      |      |       |       |       |  |
|------|-----------------------------------------------|-------|------|------|------|------|-------|-------|-------|--|
| 17/4 | Каша "Дружба 2"<br>(греча, пшено)<br>вариант2 | 200,0 | 7,1  | 4,4  | 8,81 | 0,86 | 27,32 | 212,7 |       |  |
|      |                                               |       |      |      |      |      |       |       | 14,48 |  |
| -    | Какао с молоком и<br>витаминами<br>Витошка    | 200,0 | 3,78 | 2,84 | 3,72 | 0    | 13,14 | 96,54 |       |  |
|      |                                               |       |      |      |      |      |       |       | 12,95 |  |
| -    | Хлеб пшеничный                                | 40,0  | 2,64 | 0    | 0,23 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |  |
| -    | 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 | 21,53 |  |
| -    | Бананы                                        | 100,0 | 1,5  | 0    | 0,5  | 0,5  | 22,7  | 95,5  | 21,50 |  |

Итого за 'Завтрак'

24,89 15,13 21,6 1,95 96,39 663,7

76,10 100,00

Итого за день

24,89 15,13 21,6 1,95 96,39 663,7

76,10

Норма (СанПиН  
2.3/2.4.3590-20 7-  
11 лет)

19,25 0 19,75 0 83,75 587,5

Отклонение

5,64 15,13 1,85 1,95 12,64 76,17

Содержание, % от  
калорийности

17 34 49

4 день

Завтрак

|       |                                           |       |       |      |      |      |       |       |       |  |
|-------|-------------------------------------------|-------|-------|------|------|------|-------|-------|-------|--|
| 39/3  | Каша гречневая<br>рассыпчатая с<br>маслом | 150,0 | 6,63  | 0,05 | 6,52 | 1,72 | 34,56 | 214,6 |       |  |
|       |                                           |       |       |      |      |      |       |       | 10,38 |  |
| 12/8  | Гуляш из филе<br>куры                     | 90,0  | 19,57 | 0,06 | 7,8  | 0,08 | 7,77  | 178,8 |       |  |
|       |                                           |       |       |      |      |      |       |       | 48,22 |  |
| 10/10 | Компот из кураги                          | 200,0 | 0,51  | 0    | 0,03 | 0,03 | 11,59 | 43,8  | 4,60  |  |
| -     | Хлеб пшеничный                            | 40,0  | 2,64  | 0    | 0,23 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |  |
| -     | Хлеб ржаной                               | 30,0  | 1,98  | 0    | 0,36 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 2,00  |  |
| -     | Яблоки                                    | 80,0  | 0,32  | 0    | 0,32 | 0,32 | 9,28  | 38,94 | 12,40 |  |

Итого за 'Завтрак'

31,65 0,11 15,26 2,74 96,43 629,9

81,24 100,00

Итого за день

31,65 0,11 15,26 2,74 96,43 629,9

81,24

Норма (СанПиН  
2.3/2.4.3590-20 7-  
11 лет)

19,25 0 19,75 0 83,75 587,5

Отклонение

12,4 0,11 -4,49 2,74 12,68 42,37

Содержание, % от  
калорийности

22 24 54

5 день

Завтрак

|       |                             |       |       |       |       |      |       |       |       |  |
|-------|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|--|
| 20/5  | Суфле творожное<br>школьное | 190,0 | 27,49 | 27,81 | 18,67 | 5,87 | 25,83 | 382,9 | 72,44 |  |
| -     | Молоко сгущенное            | 20,0  | 1,44  | 1,44  | 1,7   | 0    | 11,1  | 63,48 | 6,84  |  |
| 27/10 | Чай (вариант 2)             | 200,0 | 0,2   | 0     | 0,05  | 0,05 | 5,03  | 20,17 | 1,34  |  |
| -     | Хлеб пшеничный              | 40,0  | 2,64  | 0     | 0,23  | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |  |
| -     | Хлеб ржаной                 | 30,0  | 1,98  | 0     | 0,36  | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 2,00  |  |
|       | Джем                        | 30,0  | 0,15  | 0     | 0     | 0    | 21,78 | 83,36 | 6,67  |  |
| -     | Масло сливочное             | 10,0  | 0,08  | 0,08  | 7,25  | 0    | 0,13  | 66,06 | 10,46 |  |
| -     | Мандарины                   | 60,0  | 0,48  | 0     | 0,12  | 0,12 | 5,64  | 24,36 | 10,80 |  |

**Итого за 'Завтрак'** **34,46 29,33 28,38 6,63 102,7 794 114,19 100,00**

**Итого за день** **34,46 29,33 28,38 6,63 102,7 794 114,19**

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет) **19,25 0 19,75 0 83,75 587,5**

Отклонение

**15,21 29,33 8,63 6,63 18,99 206,5**

Содержание, % от  
калорийности

**18 34 48**

6 день

Завтрак

|       |                                                  |       |      |      |      |      |       |       |       |  |
|-------|--------------------------------------------------|-------|------|------|------|------|-------|-------|-------|--|
| 2/4   | Каша гречневая<br>молочная с маслом<br>сливочным | 200,0 | 7,82 | 2,88 | 7,98 | 1,29 | 34,48 | 233   | 15,03 |  |
| 29/10 | Цитрусовый чай                                   | 200,0 | 0,23 | 0    | 0,06 | 0,06 | 5,4   | 21,81 | 3,38  |  |
| -     | Хлеб пшеничный                                   | 40,0  | 2,64 | 0    | 0,23 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |  |
| -     | Хлеб ржаной                                      | 30,0  | 1,98 | 0    | 0,36 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 2,00  |  |
| -     | Масло сливочное                                  | 20,0  | 0,16 | 0,16 | 14,5 | 0    | 0,26  | 132,1 | 20,91 |  |
| -     | Бананы                                           | 100,0 | 1,5  | 0    | 0,5  | 0,5  | 22,7  | 95,5  | 21,50 |  |

**Итого за 'Завтрак'** **14,33 3,04 23,63 2,44 96,07 636,2 66,46 100,00**

**Итого за день** **14,33 3,04 23,63 2,44 96,07 636,2 66,46**

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет) **19,25 0 19,75 0 83,75 587,5**

Отклонение

**-4,92 3,04 3,88 2,44 12,32 48,69**

Содержание, % от  
калорийности

**10 40 50**

7 день

Завтрак

|      |                             |       |      |      |       |      |       |       |       |  |
|------|-----------------------------|-------|------|------|-------|------|-------|-------|-------|--|
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 150,0 | 6,67 | 2    | 4,68  | 0,66 | 29,27 | 209,9 | 12,96 |  |
| 16/8 | Котлета школьная            | 90,0  | 9,78 | 8,34 | 21,07 | 2,16 | 9,06  | 264,5 | 44,05 |  |
| 6/10 | Напиток из сухофруктов      | 200,0 | 0,51 | 0    | 0,03  | 0,03 | 11,59 | 43,8  | 2,20  |  |
| -    | Хлеб пшеничный              | 40,0  | 2,64 | 0    | 0,23  | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |  |
| -    | Хлеб ржаной                 | 30,0  | 1,98 | 0    | 0,36  | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 2,00  |  |
| -    | Яблоки                      | 80,0  | 0,32 | 0    | 0,32  | 0,32 | 9,28  | 38,94 | 12,40 |  |

Итого за 'Завтрак'

21,9 10,34 26,69 3,76 92,43 710,9

77,25 100,00

Итого за день

21,9 10,34 26,69 3,76 92,43 710,9

77,25

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)

19,25 0 19,75 0 83,75 587,5

Отклонение

2,65 10,34 6,94 3,76 8,68 123,4

Содержание, % от калорийности

13 35 52

8 день

Завтрак

|       |                           |       |      |      |      |      |       |       |       |  |
|-------|---------------------------|-------|------|------|------|------|-------|-------|-------|--|
| 6/4   | Каша овсяная со злаками   | 200,0 | 7,7  | 2,88 | 9,12 | 2,43 | 34,17 | 245,8 | 17,45 |  |
| 29/10 | Чай с лимоном (вариант 2) | 200,0 | 0,63 | 0    | 0,15 | 0,15 | 5,56  | 25,18 | 4,87  |  |
| -     | Хлеб пшеничный            | 40,0  | 2,64 | 0    | 0,23 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |  |
| -     | 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 | 21,53 |  |
| -     | Мандарины                 | 60,0  | 0,48 | 0    | 0,12 | 0,12 | 5,64  | 24,36 | 10,80 |  |

Итого за 'Завтрак'

21,32 10,77 17,96 3,29 78,6 554,2

60,29 100,00

Итого за день

21,32 10,77 17,96 3,29 78,6 554,2

60,29

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)

19,25 0 19,75 0 83,75 587,5

Отклонение

2,07 10,77 -1,79 3,29 -5,15 -33,3

Содержание, % от калорийности

16 31 52

9 день

Завтрак

|       |                    |       |       |      |      |      |       |       |       |  |
|-------|--------------------|-------|-------|------|------|------|-------|-------|-------|--|
| 38/3  | Рис отварной       | 150,0 | 3,81  | 0,05 | 5,33 | 0,54 | 39,94 | 223,6 | 12,56 |  |
| 12/8  | Гуляш из филе кури | 90,0  | 19,57 | 0,06 | 7,8  | 0,08 | 7,77  | 178,8 | 48,22 |  |
| 10/10 | Компот из кураги   | 200,0 | 0,51  | 0    | 0,03 | 0,03 | 11,59 | 43,8  | 4,60  |  |
| -     | Хлеб пшеничный     | 40,0  | 2,64  | 0    | 0,23 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 3,64  |  |

|                                         |             |              |             |              |             |              |              |       |              |               |
|-----------------------------------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------|--------------|---------------|
| -                                       | Хлеб ржаной | 30,0         | 1,98        | 0            | 0,36        | 0,36         | 12,51        | 58,01 | 2,00         |               |
| -                                       | Бананы      | 100,0        | 1,5         | 0            | 0,5         | 0,5          | 22,7         | 95,5  | 21,50        |               |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>               |             | <b>30,01</b> | <b>0,11</b> | <b>14,25</b> | <b>1,74</b> | <b>115,2</b> | <b>695,4</b> |       |              |               |
|                                         |             |              |             |              |             |              |              |       | <b>92,52</b> | <b>100,00</b> |
| <b>Итого за день</b>                    |             | <b>30,01</b> | <b>0,11</b> | <b>14,25</b> | <b>1,74</b> | <b>115,2</b> | <b>695,4</b> |       | <b>92,52</b> |               |
| Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет) |             | 19,25        | 0           | 19,75        | 0           | 83,75        | 587,5        |       |              |               |
| Отклонение                              |             | 10,76        | 0,11        | -5,5         | 1,74        | 31,48        | 107,9        |       |              |               |
| Содержание, % от калорийности           |             | 20           |             | 21           |             | 59           |              |       |              |               |

10 день

Завтрак

|                                         |                                       |              |              |              |              |              |              |               |              |               |
|-----------------------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
| 2/6                                     | Омлет запеченный или паровой школьный | 150,0        | 14,57        | 15,5         | 16,8         | 3,75         | 2,5          | 219,1         | 40,43        |               |
| 27/10                                   | Чай (вариант 2)                       | 200,0        | 0,2          | 0            | 0,05         | 0,05         | 5,03         | 20,17         | 1,34         |               |
| -                                       | Хлеб пшеничный                        | 40,0         | 2,64         | 0            | 0,23         | 0,23         | 20,72        | 95,73         | 3,64         |               |
| -                                       | Хлеб ржаной                           | 30,0         | 1,98         | 0            | 0,36         | 0,36         | 12,51        | 58,01         | 2,00         |               |
|                                         | Джем                                  | 30,0         | 0,15         | 0            | 0            | 0            | 21,78        | 83,36         | 6,67         |               |
| -                                       | Масло сливочное                       | 10,0         | 0,08         | 0,08         | 7,25         | 0            | 0,13         | 66,06         | 10,46        |               |
| -                                       | Яблоки                                | 80,0         | 0,32         | 0            | 0,32         | 0,32         | 9,28         | 38,94         | 12,40        |               |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>               |                                       | <b>19,94</b> | <b>15,58</b> | <b>25,01</b> | <b>4,71</b>  | <b>71,95</b> | <b>581,4</b> |               |              |               |
|                                         |                                       |              |              |              |              |              |              |               | <b>76,93</b> | <b>100,00</b> |
| <b>Итого за день</b>                    |                                       | <b>19,94</b> | <b>15,58</b> | <b>25,01</b> | <b>4,71</b>  | <b>71,95</b> | <b>581,4</b> |               | <b>76,93</b> |               |
| Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет) |                                       | 19,25        | 0            | 19,75        | 0            | 83,75        | 587,5        |               |              |               |
| Отклонение                              |                                       | 0,69         | 15,58        | 5,26         | 4,71         | -11,8        | -6,13        |               |              |               |
| Содержание, % от калорийности           |                                       | 15           |              | 42           |              | 44           |              |               |              |               |
| <b>Итого за период</b>                  |                                       | <b>231,9</b> | <b>95,63</b> | <b>221,6</b> | <b>32,46</b> | <b>936,1</b> | <b>6576</b>  | <b>789,40</b> |              |               |
| Содержание, % от калорийности           |                                       | 14,1         |              | 30,33        |              | 47,94        | 657,6        |               |              |               |