

МЕНЮ
28.04.2025 г. - 27.05.2025



МАОУ СОШ №24
ЗАОСТРОВНЫХ

Начальная школа

Начальная коррекция

Но- мер реп.	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

47/3	Макаронные изделия отварные с 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	20,00	
-	Яблоки	110	0,44	0	0,44	0,44	12,76	53,55	17,05	

Итого за 'Завтрак'

14,31 2,83 21,82 1,88 90,3 615,4

72,64 100,00

Итого за день

14,31 2,83 21,82 1,88 90,3 615,4

72,64

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

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

Отклонение

-4,94 2,83 2,07 1,88 6,55 27,89

Содержание, % от
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	12,56	
16/8	Котлета детская	90,0	15,5	8,34	21,6	2,16	9,06	292,1	41,21	
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	
-	Мандарины	80	0,64	0	0,16	0,16	7,52	32,48	14,40	

Итого за 'Завтрак'

25,08 8,39 27,71 3,48 101,3 745,7

76,01 100,00

Итого за день

25,08 8,39 27,71 3,48 101,3 745,7

76,01

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

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

Отклонение

5,83 8,39 7,96 3,48 17,59 158,2

Содержание, % от
калорийности

14

36

50

3 день

Завтрак

17/4	Каша "Дружба 2" (греча, пшено) вариант2	200,0	7,1	4,4	8,81	0,86	27,32	212,7		
									14,48	
-	Какао с молоком и витаминами 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	
-	Яблоки	110	0,44	0	0,44	0,44	12,76	53,55	17,05	

Итого за 'Завтрак'

23,83 15,13 21,54 1,89 86,45 621,7

71,65 100,00

Итого за день

23,83 15,13 21,54 1,89 86,45 621,7

71,65

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

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

Отклонение

4,58 15,13 1,79 1,89 2,7 34,22

Содержание, % от
калорийности

17 34 49

4 день

Завтрак

39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150,0	6,63	0,05	6,52	1,72	34,56	214,6		
									10,38	
5/9	Биточки (котлеты) рубленные из птицы	90,0	16,13	0,53	9,72	4,25	13,66	207		
									35,28	
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	
-	Мандарины	80	0,64	0	0,16	0,16	7,52	32,48	14,40	

Итого за 'Завтрак'

28,53 0,58 17,02 6,75 100,6 651,6

70,30 100,00

Итого за день

28,53 0,58 17,02 6,75 100,6 651,6

70,30

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

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

Отклонение

9,28 0,58 -2,73 6,75 16,81 64,11

Содержание, % от
калорийности

19

26

56

5 день

Завтрак

20/5	Суфле творожное 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	10,00	
-	Яблоки	110	0,44	0	0,44	0,44	12,76	53,55	17,05	

Итого за 'Завтрак' 34,42 29,33 28,7 6,95 109,9 823,2 119,98 100,00

Итого за день 34,42 29,33 28,7 6,95 109,9 823,2 119,98

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

Отклонение 15,17 29,33 8,95 6,95 26,11 235,7
Содержание, % от 18 34 48
калорийности

6 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	
-	Мандарины	80	0,64	0	0,16	0,16	7,52	32,48	14,40	

Итого за 'Завтрак' 22,22 10,34 26,53 3,6 90,67 704,4 79,25 100,00

Итого за день 22,22 10,34 26,53 3,6 90,67 704,4 79,25

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

Отклонение 2,97 10,34 6,78 3,6 6,92 116,9
Содержание, % от 13 35 52
калорийности

7 день

Завтрак

2/4	Каша гречневая молочная с маслом 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	20,00	
-	Яблоки	110	0,44	0	0,44	0,44	12,76	53,55	17,05	

Итого за 'Завтрак' 13,27 3,04 23,57 2,38 86,13 594,2

61,10 100,00

Итого за день

13,27 3,04 23,57 2,38 86,13 594,2

61,10

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

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

Отклонение

-5,98 3,04 3,82 2,38 2,38 6,74

Содержание, % от
калорийности

10 40 50

8 день

Завтрак

38/3	Рис отварной	150,0	3,81	0,05	5,33	0,54	39,94	223,6	12,56	
5/9	Биточки (котлеты) рубленные из птицы	90,0	16,13	0,53	9,72	4,25	13,66	207	35,28	
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	
-	Мандарины	80	0,64	0	0,16	0,16	7,52	32,48	14,40	

Итого за 'Завтрак' 25,71 0,58 15,83 5,57 105,9 660,6

72,48 100,00

Итого за день

25,71 0,58 15,83 5,57 105,9 660,6

72,48

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

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

Отклонение

6,46 0,58 -3,92 5,57 22,19 73,06

Содержание, % от
калорийности

16 23 61

9 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	
-	Яблоки	110	0,44	0	0,44	0,44	12,76	53,55	17,05	

Итого за 'Завтрак' **21,28 10,77 18,28 3,61 85,72 583,4** **66,54 100,00**

Итого за день **21,28 10,77 18,28 3,61 85,72 583,4 66,54**

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

Отклонение 2,03 10,77 -1,47 3,61 1,97 -4,07

Содержание, % от
калорийности 16 31 52

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	10,00	
-	Мандарины	80	0,64	0	0,16	0,16	7,52	32,48	14,40	

Итого за 'Завтрак' **20,26 15,58 24,85 4,55 70,19 574,9** **78,48 100,00**

Итого за день **20,26 15,58 24,85 4,55 70,19 574,9 78,48**

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

Отклонение 1,01 15,58 5,1 4,55 -13,56 -12,6

Содержание, % от
калорийности 15 42 44

Итого за период **228,9 96,57 225,9 40,66 927,2 6575 768,42**

Содержание, % от
калорийности 13,93 30,91 50,88 657,5