



Директор МАОУ СОШ № 24  
Т.М. Заостровных

### МЕНЮ

Старшая кор. школа  
Класс-комплект

3 октября 2023 г.

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен-ный сахар, г	Вложен-ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.						
<b>Завтрак</b>												
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,86	2,31	8,35	2,29	31,8	226,3	10,17		4	1,38
-	Хлеб пшеничный	30	1,91	0	0,17	0,17	14,93	68,98	1,94		0	0
-	Хлеб ржаной	20	1,43	0	0,26	0,26	9,03	41,9	1,13		0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22	0,75		5	0
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	7,50		0	0
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	11,96		0	0
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>15,61</b>	<b>7,65</b>	<b>21,37</b>	<b>2,74</b>	<b>60,84</b>	<b>492,6</b>	<b>33,45</b>	<b>35,25</b>	<b>9</b>	<b>1,38</b>
<b>Обед</b>												
3/2	Борщ с фасолью и картофелем	300	2,14	0	5,47	6,22	17,16	121,2	10,73		3	1,65
-	Мясо кур отварное	5	1,18	1,26	1,12	0	0	14,78	2,76		0	0
38/3	Рис отварной	200	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	298,1	13,56		0	1,38
12/7	Биточки рыбные из горбуши	100	19,35	18,21	9,24	0,13	8,52	194,8	45,13		0	1,38
-	Хлеб пшеничный	60	3,81	0	0,34	0,34	29,86	138	3,88		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,55	62,85	1,69		0	0
3/10	Компот из яблок (вариант 2)	200	0,13	0	0,13	0,13	8,57	34,07	5,57		5	0
-	Яблоки	234	0,34	0	0,34	0,34	9,83	41,23	11,86		0	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>34,17</b>	<b>19,54</b>	<b>24,13</b>	<b>8,26</b>	<b>140,7</b>	<b>904,9</b>	<b>95,18</b>	<b>64,75</b>	<b>8</b>	<b>4,41</b>
<b>Итого за день</b>			<b>49,79</b>	<b>27,19</b>	<b>45,5</b>	<b>11</b>	<b>201,6</b>	<b>1397</b>	<b>128,63</b>		<b>17</b>	<b>5,79</b>
Содержание, % от калорийности			15	30	55							



«Утверждаю»  
 Директор МАОУ СОШ № 24  
 Г.М. Застровных

### МЕНЮ

Родительская плата  
 Льготники

3 октября 2023 г.

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.						
Обед												
3/2	Борщ с фасолью и картофелем	300	2,14	0	5,47	6,22	17,16	121,2	10,73		3	1,65
-	Мясо кур отварное	5	1,18	1,26	1,12	0	0	14,78	2,76		0	0
38/3	Рис отварной	200	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	298,1	13,56		0	1,38
12/7	Биточки рыбные из горбуши	100	19,35	18,21	9,24	0,13	8,52	194,8	45,13		0	1,38
-	Хлеб пшеничный	60	3,81	0	0,34	0,34	29,86	138	3,88		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,55	62,85	1,69		0	0
3/10	Компот из яблок (вариант 2)	200	0,13	0	0,13	0,13	8,57	34,07	5,57		5	0
-	Яблоки	234	0,34	0	0,34	0,34	9,83	41,23	11,86		0	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>34,17</b>	<b>19,54</b>	<b>24,13</b>	<b>8,26</b>	<b>140,7</b>	<b>904,9</b>	<b>95,18</b>	<b>100,00</b>	<b>8</b>	<b>4,41</b>
<b>Итого за день</b>			<b>34,17</b>	<b>19,54</b>	<b>24,13</b>	<b>8,26</b>	<b>140,7</b>	<b>904,9</b>	<b>95,18</b>		<b>8</b>	<b>4,41</b>

Содержание, % от  
 калорийности

16

25

60



## МЕНЮ

Начальная коррекция

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен-ный сахар, г	Вложен-ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.						
<b>Завтрак</b>												
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5,15	1,73	6,27	1,72	23,85	169,7				
									7,63		3	1,03
-	Хлеб пшеничный	30	1,91	0	0,17	0,17	14,93	68,98	1,94		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,55	62,85	1,69		0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22	0,75		5	0
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	11,96		0	0
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	7,50		0	0
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>14,61</b>	<b>7,07</b>	<b>19,41</b>	<b>2,3</b>	<b>57,41</b>	<b>457</b>				
									<b>31,47</b>	<b>39,56</b>	<b>8</b>	<b>1,03</b>
<b>Обед</b>												
3/2	Борщ с фасолью и картофелем	200	1,43	0	3,65	4,14	11,44	80,77				
									7,16		2	1,1
-	Мясо кур отварное	10	2,36	2,51	2,23	0	0	29,55	5,52		0	0
38/3	Рис отварной	150	3,81	0,05	5,33	0,54	39,94	223,6	10,17		0	1,03
12/7	Биточки рыбные из горбуши	90	17,42	16,39	8,31	0,12	7,67	175,3				
									40,62		0	1,24
-	Хлеб пшеничный	40	2,54	0	0,22	0,22	19,91	91,97	2,59		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,55	62,85	1,69		0	0
3/10	Компот из яблок (вариант 2)	200	0,13	0	0,13	0,13	8,57	34,07				
									5,57		5	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>29,83</b>	<b>18,96</b>	<b>20,27</b>	<b>5,54</b>	<b>101,1</b>	<b>698,1</b>	<b>73,32</b>	<b>60,44</b>	<b>7</b>	<b>3,38</b>
<b>Итого за день</b>			<b>44,44</b>	<b>26,03</b>	<b>39,68</b>	<b>7,84</b>	<b>158,5</b>	<b>1155</b>	<b>104,78</b>		<b>15</b>	<b>4,41</b>

Содержание, % от калорийности

16

32

52

"Утверждаю"

Директор МАОУ СОШ № 24

Т.М. Заостровных

МЕНЮ

Начальная школа

3 октября 2023г.

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.						
Обед												
3/2	Борщ с фасолью и картофелем	200	1,43	0	3,65	4,14	11,44	80,77	7,16		2	1,1
-	Мясо кур отварное	10	2,36	2,51	2,23	0	0	29,55	5,52		0	0
38/3	Рис отварной	150	3,81	0,05	5,33	0,54	39,94	223,6	10,17		0	1,03
12/7	Биточки рыбные из горбуши	90	17,42	16,39	8,31	0,12	7,67	175,3	40,62		0	1,24
-	Хлеб пшеничный	40	2,54	0	0,22	0,22	19,91	91,97	2,59		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,55	62,85	1,69		0	0
3/10	Компот из яблок (вариант 2)	200	0,13	0	0,13	0,13	8,57	34,07	5,57		5	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>29,83</b>	<b>18,96</b>	<b>20,27</b>	<b>5,54</b>	<b>101,1</b>	<b>698,1</b>	<b>73,32</b>	<b>100,00</b>	<b>7</b>	<b>3,38</b>
<b>Итого за день</b>			<b>29,83</b>	<b>18,96</b>	<b>20,27</b>	<b>5,54</b>	<b>101,1</b>	<b>698,1</b>	<b>73,31</b>		<b>7</b>	<b>3,38</b>
Содержание, % от калорийности			18		27		56					

"Утверждаю"

Директор МАОУ СОШ № 24

М.М. Заостровных



**МЕНЮ**

Сотрудники завтрак

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен-ный сахар, г	Вложен-ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.						
<b>Обед</b>												
3/2	Борщ с фасолью и картофелем	300	2,14	0	5,47	6,22	17,16	121,2	10,73		3	1,65
-	Мясо кур отварное	5	1,18	1,26	1,12	0	0	14,78	2,76		0	0
38/3	Рис отварной	200	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	298,1	13,56		0	1,38
12/7	Биточки рыбные из горбуши	100	19,35	18,21	9,24	0,13	8,52	194,8	45,13		0	1,38
-	Хлеб пшеничный	60	3,81	0	0,34	0,34	29,86	138	3,88		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,55	62,85	1,69		0	0
3/10	Компот из яблок (вариант 2)	200	0,13	0	0,13	0,13	8,57	34,07	5,57		5	0
-	Яблоки	234	0,34	0	0,34	0,34	9,83	41,23	11,86		0	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>34,17</b>	<b>19,54</b>	<b>24,13</b>	<b>8,26</b>	<b>140,7</b>	<b>904,9</b>	<b>95,18</b>	<b>100,00</b>	<b>8</b>	<b>4,41</b>
<b>Итого за день</b>			<b>34,17</b>	<b>19,54</b>	<b>24,13</b>	<b>8,26</b>	<b>140,7</b>	<b>904,9</b>	<b>95,18</b>		<b>8</b>	<b>4,41</b>

Содержание, % от калорийности

16

25

60

"Утверждаю"

Директор МАОУ СОШ № 24

И.М. Заостровных



**МЕНЮ**

Сотрудники

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, Г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %	Вложен- ный сахар, г	Вложен- ная соль, г
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.						
Обед												
3/2	Борщ с фасолью и картофелем	300	2,14	0	5,47	6,22	17,16	121,2	10,73		3	1,65
-	Мясо кур отварное	5	1,18	1,26	1,12	0	0	14,78	2,76		0	0
38/3	Рис отварной	200	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	298,1	13,56		0	1,38
12/7	Биточки рыбные из горбуши	100	19,35	18,21	9,24	0,13	8,52	194,8	45,13		0	1,38
-	Хлеб пшеничный	60	3,81	0	0,34	0,34	29,86	138	3,88		0	0
-	Хлеб ржаной	30	2,14	0	0,39	0,39	13,55	62,85	1,69		0	0
3/10	Компот из яблок (вариант 2)	200	0,13	0	0,13	0,13	8,57	34,07	5,57		5	0
-	Яблоки	234	0,34	0	0,34	0,34	9,83	41,23	11,86		0	0
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>34,17</b>	<b>19,54</b>	<b>24,13</b>	<b>8,26</b>	<b>140,7</b>	<b>904,9</b>	<b>95,18</b>	<b>100,00</b>	<b>8</b>	<b>4,41</b>
<b>Итого за день</b>			<b>34,17</b>	<b>19,54</b>	<b>24,13</b>	<b>8,26</b>	<b>140,7</b>	<b>904,9</b>	<b>95,18</b>		<b>8</b>	<b>4,41</b>

Содержание, % от калорийности

16

25

60