

4

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31
О.А.Панова
« 02 » сентября 2024 год



Циклическое двухнедельное меню для учащихся 1-4 классов, 5-11 классов для детей с 7-11, 12-17 лет
(в том числе учащихся с ограниченными возможностями здоровья) в МБОУ СОШ 31 Сезон Осень
В МБОУ СОШ № 31

МЕНЮ
Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждено
Директор МБОУ СОШ №

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-
Утверждено

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 7 до 11 лет
Понедельник 1 неделя

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 12 до 17 лет
Понедельник 1 неделя

На

2024 год

На

2024 год

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г.	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г.	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные			
				Б	Ж	У	Ккал					Б	Ж	У	Ккал
Завтрак															
28	Икра кабачковая консервированная	12	60	0,4	4,2	4,4	58,2	28	Икра кабачковая консервированная	20	100	0,6	7,0	7,3	97,0
35	Омлет натуральный	60	150	13,1	13,8	4,1	298,5	35	Омлет натуральный	80	200	18,0	30,1	3,4	358,2
	Молоко	22	200	3,3	3,7	4,7	64,0		Молоко	22	200	3,3	3,7	4,7	64,0
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
	ИТОГО	106	510	18,5	22,8	47,3	573,7		ИТОГО	137	600	24,5	42,5	61,8	729,8
Обед															
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	31	Салат витаминный	17	100	1,2	3,3	11,7	82,0
22	Свекольник	15	200	1,8	4,1	9,3	81,1	22	Свекольник	18,5	250	2,3	5,1	11,6	101,4
39	Котлета	60	90	14,3	7,1	14,4	189,0	39	Котлета	67	100	14,3	7,1	14,4	189,0
40	Рагу из овощей	5	150	3,0	8,3	11,5	187,5	40	Рагу из овощей	6	180	3,6	10,0	13,8	225,0
	Напиток фруктово-ягодный	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9		Напиток фруктово-ягодный	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
	ИТОГО	116,0	800	24,1	23,3	88,4	723,1		ИТОГО	137	930	26,3	27,6	105,9	852,0
Полдник															
53/52	Оладьи со сметаной	28	130	7,3	7,0	45,8	280,0	53/52	Оладьи со сметаной	43	200	11,0	10,5	61,3	280,0

МЕНЮ

12	Кефир м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	5,6	6,4	8,2	117,0	12	Кефир м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	5,6	6,4	8,2	117,0
	ИТОГО	61	330	12,9	13,4	54,0	397,0		ИТОГО	76	400	16,6	16,9	69,5	397,0
	ВСЕГО 1 день	283	1640	55,5	59,5	189,7	1693,8		ВСЕГО 1 день	350	1930	67,4	87,0	237,2	1978,8

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждено
Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20
Утверждено

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 7 до 11 лет
Вторник 1 недели

На

2024 год

На

2024 год

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 12 до 17 лет
Вторник 1 недели

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				
				Б	Ж	У					Б	Ж	У		
Завтрак															
44	Зеленый горошек консервированный	12	60	1,9	0,1	3,9	24,0	44	Зеленый горошек консервированный	20	100	0,9	0,2	6,5	40,0
49	Плов из мяса птицы	70	240	17,8	17,8	32,6	369,6	49	Плов из мяса птицы	76	260	19,3	19,3	35,3	400,4
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
	ИТОГО	120	500	31,0	23,6	67,2	619,6		ИТОГО	137	560	32,4	25,8	84,8	724,0
Обед															
55	Салат из свеклы	6	60	1,0	1,8	5,0	40,2	55	Салат из свеклы	10	100	1,7	3,0	8,4	67,0
20	Суп крестьянский с крупой	15	200	2,1	4,2	11,4	92,8	20	Суп крестьянский с крупой	18,5	250	2,6	5,3	14,3	116,0
38	Голубцы ленивые	12	90	6,1	7,0	5,6	112,5	38	Голубцы ленивые	13	100	6,8	7,8	6,2	125,0

МЕНЮ

23	Каша Ячневая рассыпчатая	6,5	150	4,7	9,2	30,9	231,0	23	Каша Ячневая рассыпчатая	8	180	5,6	11,0	37,1	277,2
9	Компот из свежих плодов (яблок)	5	200	0,2	0,0	3,6	140,0	9	Компот из свежих плодов (яблок)	5	200	0,2	0,0	3,6	140,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0
	ИТОГО	51,5	700	16,0	23,4	88,5	762,9		ИТОГО	63,5	830	19,3	28,6	109,7	910,0
Полдник															
	Слойка с начинкой фруктовой	20	80	0,7	1,6	18,1	122,7		Слойка с начинкой фруктовой	20	80	0,7	1,6	18,1	156,0
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0
	ИТОГО	60	380	11,1	7,0	35,5	285,7		ИТОГО	60	380	11,1	7,0	35,5	319,0
	ВСЕГО 2 день	232	1580	58,0	54,0	191,2	1668,2		ВСЕГО 2 день	261	1770	62,8	61,4	230,0	1953,0

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

Утверждено
Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-
Утверждено

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 7 до 11 лет
Среда 1 неделя

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 12 до 17 лет
Среда 1 неделя

На

2024 год

На

2024 год

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные			
				Б	Ж	У					Ккал	Б	Ж	У
Завтрак														
45	Сыр порционный	23	30	5,7	7,5	0,1	45	Сыр порционный	30	40	7,6	10,0	0,1	121,3
23	Каша пшеничная рассыпчатая	10	150	6,2	10,4	37,2	23	Каша пшеничная рассыпчатая	12	180	7,4	12,4	44,6	322,2
39	Биточек мясной	60	90	14,3	7,1	14,4	39	Биточек мясной	67	100	14,3	7,1	14,4	189,0

МЕНЮ

5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
	ИТОГО	108	570,0	27,9	26,1	96,1	742,7		ИТОГО	127	620	31,9	31,2	115,9	884,3

Обед

32	Салат из белокочанной капусты	8	80	1,1	4,1	7,1	70,4	32	Салат из белокочанной капусты	10	100	1,4	5,1	8,9	88,0
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6	19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	6,2	5,6	22,3	167,0
57	Рыба припущенная	19,5	95	9,3	8,4	0,8	79,8	57	Рыба припущенная	23,5	105	10,3	10,1	1,0	88,2
26	Картофельное пюре	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	26	Картофельное пюре	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5
10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0	10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,5	13,5	70,0
	ИТОГО	66,5	725	25,2	29,6	110,1	771,5		ИТОГО	79,5	835	28,9	35,1	128,8	899,5

Полдник

45	Запеканка из творога со сгущенным молоком	47,5	100	15,0	13,3	13,7	239,0	45	Запеканка из творога со сгущенным молоком	57	200	22,5	20,0	20,6	358,5
9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2	0,0	3,6	140,0	9	Компот из свежих фруктов	5	200	0,2	0,0	3,6	140,0
	ИТОГО	52,5	300	15,2	13,3	17,3	379,0		ИТОГО	62	400	22,7	20,0	24,2	498,5
	ВСЕГО 3 день	227	1595	68,3	68,9	223,5	1893,2		ВСЕГО 3 день	269	1855	83,5	86,3	268,9	2282,3

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-

Утверждаю

МЕНЮ (сезон осень)

Обучающиеся с 7 до 11 лет

Четверг 1 неделя

МЕНЮ (сезон осень)

Обучающиеся с 12 до 17 лет

Четверг 1 неделя

МЕНЮ

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, витамины и минеральные вещества				№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции и г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
				Б	Ж	У	Ккал					Б	Ж	У	Ккал
Завтрак															
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	31	Салат витаминный	17	100	1,2	3,3	11,7	82,0
48	Тефтели мясные с рисом ("ёжики")	60	90	8,4	10,0	10,1	165,6	48	Тефтели мясные с рисом ("ёжики")	67	100	9,3	11,1	11,2	184,0
25	Макароны отварные	10	150	5,1	9,2	34,2	244,5	25	Макароны отварные	12	180	6,1	9,2	34,2	244,5
12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	12	Йогурт м.д.ж.2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
	ИТОГО	118	500	25,5	26,8	82,0	685,3		ИТОГО	137	580	28,8	29,9	100,1	794,1
Обед															
44	Зеленый горошек консервированный	12	60	1,9	0,1	3,9	24,0	44	Зеленый горошек консервированный	20	100	0,9	0,2	6,5	40,0
15	Рассольник ленинградский	15	200	2,4	3,6	16,1	108,0	15	Рассольник ленинградский	18,5	250	3,0	4,5	20,1	135,0
51	Печень по-строгановски	45	90/40	17,7	17,7	5,1	253,5	51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5
23	Каша гречневая рассыпчатая	12	150	8,4	10,8	41,3	303,0	23	Каша гречневая рассыпчатая	14,5	180	10,1	13,0	49,5	363,6
11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	11,2	88,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
	ИТОГО	126	840	33,7	33,8	129,9	967,9		ИТОГО	149	980	38,3	40,0	143,7	1151,9
Полдник															
	Пирог Школьный пром. произ-ва	20	100	2,8	2,8	29,3	185,5		Пирог Школьный пром. произ-ва	30	150	4,2	4,2	44,0	278,3
	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0		Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
	ИТОГО	60	400	13,2	8,2	46,7	348,5		ИТОГО	70	450	14,6	9,6	61,4	441,3
	ВСЕГО 4 день	304	1740	72,4	68,8	258,6	2001,7		ВСЕГО 4 день	356	2010	81,7	79,5	305,2	2387,2

МЕНЮ

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю **Согласовано**

Директор МБОУ СОШ №

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 7 до 11 лет
Пятница 1 неделя

2024 год

На

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 12 до 17 лет
Пятница 1 неделя

2024 год

На

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества					
				Б	Ж	У	Ккал					Б	Ж	У	Ккал		
Завтрак														Завтрак			
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	31	Салат витаминный	17	100	1,2	3,3	11,7	82,0		
	Котлета рыбная	25	90	8,7	7,9	13,7	176,0		Котлета рыбная	28	100	9,7	8,8	15,2	195,6		
26	Картофельное пюре	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	26	Картофельное пюре	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5		
	Напиток фруктово-ягодный	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9		Напиток фруктово-ягодный	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9		
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3		
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3		
	ИТОГО	61	500	15,7	17,2	68,1	509,4		ИТОГО	76	580	18,6	21,3	90,6	649,6		
Обед														Обед			
43	Кукуруза консервированная	23	100	0,9	1,8	4,7	45,0	43	Кукуруза консервированная	23	100	0,9	1,8	4,7	45,0		
16	Щи из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4	16	Щи из свежей капусты с картофелем	22,5	250	2,0	4,3	10,0	88,0		
46	Рагу из мяса птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	46	Рагу из мяса птицы	45,5	260	15,6	14,6	25,2	301,6		
7	Чай фруктовый	5	200	0,6	0,0	15,3	62,0	7	Чай фруктовый	5	200	0,6	0,0	15,3	62,0		
	Кондитерские изделия (печенье сахарное)	4,5	25	1,7	2,1	11,0	61,3		Кондитерские изделия (печенье сахарное)	4,5	25	1,7	2,1	11,0	61,3		
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0		
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8		
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0		
	ИТОГО	106,5	865	21,5	22,4	104,7	708,5		ИТОГО	117	935	23,6	24,7	116,8	787,7		

МЕНЮ

		Полдник					Полдник								
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				
				Б	Ж	У					Ккал	Б	Ж	У	Ккал
33	Сырники из творога со сметаной или стуженным молоком	45	100	15,2	12,4	18,9	251,0	33	Сырники из творога со сметаной или стуженным молоком	54	200	30,4	24,8	37,8	502,0
11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0
	ИТОГО	73	300	16,2	12,4	40,1	339,0		ИТОГО	82	400	31,4	24,8	59,0	590,0
	ВСЕГО 5 день	241	1665	53,4	52,0	212,9	1556,9		ВСЕГО 5 день	275	1915	73,7	70,8	266,4	2027,2

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-
Утверждаю

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

Утверждаю **Согласовано**
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ (сезон осень) Обучающиеся с 7 до 11 лет Понедельник 2 неделя

На

2024 год

На

2024 год

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				
				Б	Ж	У					Ккал	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак															
36	Яйцо отварное	12	50	5,1	4,6	0,3	63,0	36	Яйцо отварное	12	50	5,1	4,6	0,3	63,0
1	Каша манная молочная жидкая	25	200	3,0	8,2	20,0	172,0	1	Каша манная молочная жидкая	31	250	3,8	10,3	25,0	215,0
59	Кофейный напиток	18	200	2,5	1,8	24,8	121,7	59	Кофейный напиток	18	200	2,5	1,8	24,8	121,7
	Кондитерские изделия (печенье сахарное)	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3		Кондитерские изделия (печенье сахарное)	4,5	25	1,7	2,1	11,0	61,3
11	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	11	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
	ИТОГО	71,5	575	13,9	17,8	90,2	571,0		ИТОГО	80,5	625	15,6	20,5	107,5	671,6
Обед															
28	Икра кабачковая консервированная	12	60	0,2	4,2	4,4	58,2	28	Икра кабачковая консервированная	20	100	0,6	7,0	7,3	97,0

МЕНЮ

№	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
				Б	Ж	У					Ккал	Б	Ж	У
17	Суп из овощей	1,8	200	3,5	9,9	79,2	17	Суп из овощей	16,5	250	2,2	4,4	12,4	99,0
	Котлеты рыбные	8,7	90	7,9	13,7	176,0		Котлеты рыбные	28	100	9,7	8,8	15,2	195,6
24	Рис отварной	3,6	150	9,0	35,7	244,5	24	Рис отварной	11,5	180	4,3	10,8	42,8	293,4
	Напиток фруктово-ягодный	2,0	200	0,2	3,8	24,9		Напиток фруктово-ягодный	12	200	2,0	0,2	3,8	24,9
4	Хлеб пшеничный	0,4	45	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	1,5	30	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0
	Слойка с начинкой фруктовой	0,5	60	1,2	13,6	92,0		Слойка с начинкой фруктовой	20	60	0,5	1,2	13,6	92,0
	ИТОГО	18,7	760	27,2	113,1	821,2		ИТОГО	117	890	21,8	33,9	135,4	986,6
Полдник														
37	Шарлотка с яблоками	3,7	100	4,7	39,6	209,8	37	Шарлотка с яблоками	42	200	5,6	7,1	59,4	209,8
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	10,0	200	5,0	7,0	118,0	12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0
	ИТОГО	13,7	300	9,7	46,6	327,8		ИТОГО	75	400	15,6	12,1	66,4	327,8
	ВСЕГО 7 день	46,3	1635	54,8	249,9	1720,0		ВСЕГО 7 день	273	1915	53,0	66,5	309,3	1986,0

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20
70
Утверждаю

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20
Утверждаю **Согласовано**
Директор МБОУ СОШ №

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 7 до 11 лет
Вторник 2 неделя

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 12 до 17 лет
Вторник 2 неделя

№	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
				Б	Ж	У					Ккал	Б	Ж	У
32	Салат из белокачанной капусты	8	60	0,8	3,1	5,3	32	Салат из белокачанной капусты	10	100	1,4	5,1	8,9	88,0
Завтрак														
Завтрак														

На

2024 год

На

2024 год

МЕНЮ

51	Печень по-строгановски	45	90/40	17,7	17,7	5,1	253,5	51	Печень по-строгановски	52	100/50	20,4	20,4	5,9	295,5
26	Картофельное пюре	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	26	Картофельное пюре	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5
	Молоко	22	200	3,3	3,7	4,7	64,0		Напиток фруктово-ягодный	8,5	200	2,0	0,2	3,8	24,9
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
	ИТОГО	89	540	26,1	31,5	58,7	629,6		ИТОГО	89,5	630	29,6	34,7	78,5	755,5
Обед															
43	Кукуруза консервированная	18,5	80	0,7	1,4	3,8	36,0	43	Кукуруза консервированная	23	100	0,9	1,8	4,7	45,0
14	Борщ с капустой и картофелем	18	200	1,6	4,2	10,5	84,8	14	Борщ с капустой и картофелем	22,5	250	2,0	5,2	13,1	106,0
46	Рагу из мяса птицы	42	240	14,4	13,4	23,3	278,4	46	Рагу из мяса птицы	49	280	16,8	15,7	27,2	324,8
13	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	42,2	162,0	13	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	42,2	162,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0
	ИТОГО	88,5	720	18,6	20,2	111,8	707,6		ИТОГО	107	830	22,2	24,2	127,3	822,6
Полдник															
53/52	Оладьи со сметаной	28	130	7,3	7,0	45,8	280,0	53/52	Оладьи со сметаной	32	200	11,0	10,5	61,3	280,0
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	42,2	162,0	5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	42,2	162,0
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
	ИТОГО	38	430	7,7	7,4	98,4	487,0		ИТОГО	42	500	11,4	10,9	113,9	487,0
	ВСЕГО 8 день	216	1690	52,4	59,1	268,9	1824,2		ВСЕГО 8 день	238	1960	63,2	69,8	319,7	2065,1

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю **Согласовано**

Директор МБОУ СОШ №

Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-

20

Утверждаю

МЕНЮ (сезон осень)

Обучающиеся с 7 до 11 лет

МЕНЮ (сезон осень)

Обучающиеся с 12 до 17 лет

МЕНЮ

Среда 2 неделя

Среда 2 неделя

2024 год

На

2024 год

На

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
				Б	Ж	У	Ккал					Б	Ж	У	Ккал
Неделя 2 День 9															
Завтрак															
32	Салат из белокочанной капусты	8	60	0,8	3,1	5,3	52,8	32	Салат из белокочанной капусты	10	100	1,4	5,1	8,9	88,0
49	Плов из мяса птицы	70	240	17,8	17,8	32,6	369,6	49	Плов из мяса птицы	76	260	19,3	19,3	35,3	400,4
13	Кисель	11	200	0,0	0,0	42,2	162,0	13	Кисель	11	200	0,0	0,0	42,2	162,0
4	Печенье пром. произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3	4	Печенье пром. произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3
3	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	3	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
	ИТОГО	98,5	525	21,5	23,7	114,8	753,7		ИТОГО	110	585	24,5	27,8	133,4	877,3
Обед															
44	Зеленый горошек консервированный	12	60	1,9	0,1	3,9	24,0	44	Зеленый горошек консервированный	20	100	0,9	0,2	6,5	40,0
18	Суп картофельный с макаронными изделиями	10	200	2,3	2,0	16,8	96,0	18	Суп картофельный с макаронными изделиями	12,5	250	2,9	2,5	21,0	120,0
39	Биточек мясной	60	90	14,3	7,1	14,4	189,0	39	Биточек мясной	67	100	14,3	7,1	14,4	189,0
42	Капуста тушеная	9	150	3,8	6,9	16,1	141,0	42	Капуста тушеная	11	180	4,5	8,3	19,3	169,2
8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3	0,0	31,4	124,0	8	Компот из смеси сухофруктов	5,5	200	0,3	0,0	31,4	124,0
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0
41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0
	ИТОГО	110,5	800	24,8	17,7	125,0	765,4		ИТОГО	132	930	25,8	20,0	143,1	872,0
Полдник															
47	Пудинг творожный запеченный	21,5	120	10,7	8,7	16,6	189,6	47	Пудинг творожный запеченный	27	200	21,4	17,4	33,2	189,6
12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0	12	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	33	200	10,0	5,0	7,0	118,0
	ИТОГО	54,5	320	20,7	13,7	23,6	307,6		ИТОГО	60	400	31,4	22,4	40,2	307,6
	ВСЕГО 9 день	264	1645	67,0	55,2	263,4	1826,7		ВСЕГО 9 день	302	1915	81,7	70,2	316,7	2056,9

МЕНЮ
Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю **Согласовано**
Директор МБОУ СОШ №

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20
Утверждаю

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 7 до 11 лет
Четверг 2 неделя

МЕНЮ (сезон осень)
Обучающиеся с 12 до 17 лет
Четверг 2 неделя

На

2024 год

2024 год

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

На

2024 год

2024 год

На

2024 год

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества					
				Б	Ж	У	Ккал					Б	Ж	У	Ккал		
Завтрак																	
43	Кукуруза консервированная	14	60	1,6	1,1	2,8	27,0	43	Кукуруза консервированная	23	100	0,9	1,8	4,7	45,0		
57	Рыба припущенная	30	95	9,3	8,4	0,8	79,8	57	Рыба припущенная	33	105	10,3	10,1	1,0	88,2		
26	Картофельное пюре	9	150	3,0	6,4	19,9	151,3	26	Картофельное пюре	11	180	3,6	7,7	23,9	181,5		
11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	11,2	88,0		
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,0	24,3	104,3		
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	4,1	2,8	17,5	108,5		
	Слойка с начинкой фруктовой	20	60	0,5	1,2	13,6	92,0	41	Фрукты свежие (яблоки)	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0		
	ИТОГО	106	565	16,7	17,8	82,0	546,1		ИТОГО	110	685	20,7	22,8	93,0	660,5		
Обед																	
31	Салат витаминный	10	60	0,7	2,0	7,0	49,2	31	Салат витаминный	17	100	1,2	3,3	11,7	82,0		
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12	200	5,0	4,5	17,8	133,6	19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	15	250	6,2	5,6	22,3	167,0		
50	Курица в соусе с томатом	52	90	7,9	6,8	3,9	108,0	50	Курица в соусе с томатом	58	100	8,8	7,5	4,3	120,0		
25	Макаронные изделия отварные	10	150	5,1	9,2	34,2	244,5	25	Макаронные изделия отварные	12	180	6,1	9,2	34,2	244,5		
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2		
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8		
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0		
	ИТОГО	94	700	20,6	23,6	105,2	722,9		ИТОГО	114	830	24,8	27,1	123,0	839,5		
Полдник																	
Полдник																	

МЕНЮ

2	Каша рисовая молочная жидкая	11,5	150	1,7	6,2	15,8	129,0	2	Каша рисовая молочная жидкая	15	200	2,2	8,2	21,0	172,0
	Кондитерские изделия (печенье сахарное)	4,5	25	1,7	2,1	11,0	61,3		Кондитерские изделия (печенье сахарное)	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3
7	Чай фруктовый	3	200	0,6	0,0	15,3	62,0	7	Чай фруктовый	3	200	0,6	0	15,3	62
4	Хлеб пшеничный	3	35	3,1	1,1	16,1	77,0	4	Хлеб пшеничный	3	50	4,4	1,5	23,0	110,0
	ИТОГО	22	375	7,0	9,4	58,2	329,3		ИТОГО	25,5	425	8,8	11,9	70,3	405,3
	ВСЕГО 10 день	222	1640	44,3	50,7	245,4	1598,3		ВСЕГО 10 день	250	1940	54,4	61,8	286,3	1905,3

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю **Согласовано**

Директор МБОУ СОШ №

Утверждаю

Приложение №8

к СанПин 2.3/2.4.3590-

20

МЕНЮ (сезон осень)

Обучающиеся с 7 до 11 лет

Пятница 2 неделя

На

2024 год

На

2024 год

МЕНЮ (сезон осень)

Обучающиеся с 12 до 17 лет

Пятница 2 неделя

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные			№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и				
				Б	Ж	У					Ккал	Б	Ж	У	Ккал
Неделя 2 День 11															
Завтрак															
45	Сыр порционный	23	30	5,7	7,5	0,1	91,0	45	Сыр порционный	30	40	7,6	10,0	0,1	121,3
34	Запеканка с творогом	50	150	22,5	20,0	20,6	358,5	34	Запеканка с творогом	67	200	22,5	20,0	20,6	358,5
10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0	10	Какао с молоком	11	200	4,9	5,0	32,5	190,0
4	Хлеб пшеничный	3	35	0,3	0,0	17,0	73,0	4	Хлеб пшеничный	4,5	50	0,4	0,1	24,3	104,3
3	Хлеб ржаной	2	20	1,0	0,7	6,7	35,0	3	Хлеб ржаной	3,5	35	1,8	1,2	11,7	61,3
41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45,0	41	Фрукты свежие яблоки	7	100	0,4	0,4	10,4	45
	Печенье пром. произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3		Печенье пром. произ-ва	4,5	25	1,6	2,1	11,0	61,3
	ИТОГО	100,5	505	36,4	35,65	98,25	853,8		ИТОГО	###	650,0	39,2	38,8	110,6	941,7
Неделя 2 День 11															
Завтрак															
55	Салат из свеклы	6	60	1,0	1,8	5,0	40,2	55	Салат из свеклы	10	100	1,7	3,0	8,4	67,0
	ИТОГО	6	60	1,0	1,8	5,0	40,2		ИТОГО	10	100	1,7	3,0	8,4	67,0

МЕНЮ

16	Ши из свежей капусты с картофелем	18	200	1,6	3,4	8,0	70,4	16	Ши из свежей капусты с картофелем	22,5	250	2,0	4,3	10,0	88,0
48	Тефтели мясные с рисом ("ёжики")	60	90	8,4	10,0	10,1	165,6	48	Тефтели мясные с рисом ("ёжики")	67	100	9,3	11,1	11,2	184,0
23	Каша пшеничная рассыпчатая	10	150	6,2	10,4	37,2	268,5	23	Каша пшеничная рассыпчатая	13	180	7,4	12,4	44,6	322,2
5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2	5	Чай с сахаром	3	200	0,0	0,0	10,3	41,2
4	Хлеб пшеничный	4	45	0,4	0,1	21,9	93,9	4	Хлеб пшеничный	5	55	0,5	0,1	26,8	114,8
3	Хлеб ржаной	3	30	1,5	1,1	10,1	52,5	3	Хлеб ржаной	4	40	2,0	1,4	13,4	70,0
	ИТОГО	104	700	19,1	26,8	102,6	732,3		ИТОГО	125	830	22,9	32,3	124,7	887,2
Полдник															
33	Сырники из творога со сметаной или стухенным молоком	45	100	15,2	12,4	18,9	251,0	33	Сырники из творога со сметаной или стухенным молоком	54	120	18,2	14,9	22,7	251,0
11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	21,2	88,0	11	Сок фруктовый	28	200	1,0	0,0	11,2	88,0
									Слойка с начинкой фруктовой	20	60	0,5	1,2	13,6	92,0
	ИТОГО	73	300	16,2	12,4	40,1	339,0		ИТОГО	102	380	19,7	16,1	47,5	431,0
	ВСЕГО 11 день	278	1505	71,7	74,9	240,9	1925,1		ВСЕГО 11 день	354	1860	81,8	87,1	282,7	2259,9

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997416

Владелец Панова Ольга Александровна

Действителен с 08.09.2024 по 08.09.2025