



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СШ № 1

Дронина М.А.

Меню на 19.11.2025

|                                                      | № рецеп. | Наименование блюда                                                                                  | Вес блюда | Пищевые вещества/г |          |          |          | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------|----------|----------|----------|-------------------|---------------|
|                                                      | 1        | 2                                                                                                   | 7-11 лет  | 7-11 лет           | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет          | 7-11 лет      |
| Питание для 4 классов (завтрак, бюджетные средства)  | 27       | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27                                          | 60        | 0,60               | 0,00     | 1,40     | 8,00     |                   |               |
|                                                      | 492      | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                                                                                 | 200       | 15,10              | 18,00    | 30,20    | 345,80   |                   |               |
|                                                      | 53       | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                                                           | 200       | 0,3                | 0        | 16       | 66,4     |                   |               |
|                                                      | 7        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                             | 50        | 3,13               | 0,50     | 20,63    | 99,00    |                   |               |
|                                                      |          | Стоимость – 127,65 руб.                                                                             | 510       | 19,13              | 18,50    | 68,23    | 519,20   |                   |               |
| Питание для 11 классов (завтрак, бюджетные средства) | 27       | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27                                          | 100       | 1,10               | 0,00     | 2,30     | 18,00    |                   |               |
|                                                      | 492      | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                                                                                 | 220       | 16,50              | 22,44    | 38,70    | 432,25   |                   |               |
|                                                      | 53       | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                                                           | 200       | 0,30               | 0,00     | 16,00    | 66,40    |                   |               |
|                                                      | 7        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                             | 50        | 3,13               | 0,5      | 20,63    | 99       |                   |               |
|                                                      |          | Стоимость – 127,65 руб.                                                                             | 570       | 21,03              | 22,94    | 77,63    | 615,65   |                   |               |
| Питание для ОВЗ                                      | 13/14    | БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14                                                                | 70/30     | 2,20               | 4,20     | 18,60    | 121,20   |                   |               |
|                                                      | 389      | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) №389                                                                       | 200       | 0,2                | 0,2      | 16,5     | 112,7    |                   |               |
|                                                      |          | Стоимость – 58,00 руб.                                                                              | 290       | 2,40               | 4,40     | 35,10    | 233,90   |                   |               |
|                                                      | 13/14    | БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14                                                                | 70/30     | 2,20               | 4,20     | 18,69    | 121,20   |                   |               |
|                                                      | 389      | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) №389                                                                       | 250       | 0,25               | 0,25     | 20,62    | 160      |                   |               |
|                                                      |          | Стоимость – 58,00 руб.                                                                              | 350       | 2,45               | 4,45     | 39,31    | 281,20   |                   |               |
| Питание 1-4 классы (обед, бюджетные средства)        | 70,71,80 | Суп картофельный с макаронными изделиями на м.к бульоне № 103                                       | 200       | 2,15               | 2,27     | 13,96    | 94,6     |                   |               |
|                                                      | 311К     | Гуляш из птицы №311 К                                                                               | 100       | 9,60               | 10,70    | 3,00     | 168,10   |                   |               |
|                                                      | 303      | Каша гречневая №303                                                                                 | 150       | 4,9                | 5,34     | 21,8     | 155      |                   |               |
|                                                      | 686      | Чай с лимоном №686                                                                                  | 200       | 0,30               | 0,00     | 15,20    | 60,00    |                   |               |
|                                                      | ТТК №6   | Хлеб пшеничный                                                                                      | 30        | 3,9                | 0,5      | 24,1     | 116,8    |                   |               |
|                                                      |          | Стоимость – 130,00 руб.                                                                             | 680       | 20,85              | 18,81    | 78,06    | 594,5    |                   |               |
| Питание для 11 классов (родительская плата)          | 70,71,80 | Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60        | 0,6                | 0,1      | 1,75     | 13,2     |                   |               |
|                                                      | 311К     | Гуляш из птицы №311 К                                                                               | 100       | 9,6                | 10,7     | 3        | 168,1    |                   |               |
|                                                      | 303      | Каша гречневая №303                                                                                 | 150       | 4,9                | 5,34     | 21,8     | 155      |                   |               |
|                                                      | 686      | Чай с лимоном №686                                                                                  | 200       | 0,3                | 0        | 15,2     | 60       |                   |               |
|                                                      | ТТК №6   | Хлеб пшеничный                                                                                      | 30        | 3,9                | 0,5      | 24,1     | 116,8    |                   |               |
|                                                      |          | Стоимость – 120,00 руб.                                                                             | 540,0     | 19,3               | 16,6     | 65,9     | 513,1    |                   |               |

Повар МБОУ СШ № 1 г. Копейск

Н.И. Стеникова

Ответственный за питание в МБОУ СШ № 1 г. Копейск

А.И. Зиборова