

Утверждаю  
Врио директора Школы МБОУ СОШ с. Пензенское  
Т.А. Синчихина.  
М.П.



**Меню  
на 17 Сентября 2024г.**

1-4 кла ОБЗ

| №<br>п/п | Наименование<br>блюда Завтрак      | Выход<br>гр. | Стоимост<br>ь блюда | Химический состав |              |                 | Энергетичес<br>кая<br>ценность<br>ккал |
|----------|------------------------------------|--------------|---------------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------------------------------|
|          |                                    |              |                     | Белки.<br>г       | Жиры.<br>г   | Углев<br>оды. г |                                        |
|          | <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                     |                   |              |                 |                                        |
| 1        | Омлет натуральный                  | 140/10       | 22,5                | 12,9              | 20           | 3,46            | 245,1                                  |
| 2        | Батон масло                        | 40/10        | 14,23               | 7,8               | 8,9          | 18,5            | 164,9                                  |
| 3        | Чай с сахаром и<br>лимоном         | 200          | 5,13                | 0,1               | 0            | 15,2            | 61                                     |
| 4        | Яблоко                             | 100          | 20,7                | 0,4               | 0,4          | 10,3            | 44                                     |
|          |                                    |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за завтрак</b>            | <b>500</b>   | <b>62,56</b>        | <b>21,2</b>       | <b>29,3</b>  | <b>47,46</b>    | <b>515</b>                             |
|          | <b>Обед</b>                        |              |                     |                   |              |                 |                                        |
| 1        | Свекольник                         | 200          | 46,62               | 1,74              | 3,56         | 13,62           | 107,8                                  |
| 2        | Макароны отварные                  | 150          | 15,37               | 5,35              | 0,55         | 25,6            | 107,4                                  |
| 3        | Печень по<br>строгановски          | 80           | 30,18               | 18                | 13,8         | 4,3             | 203                                    |
| 4        | Салат из свежих<br>овощей          | 60           | 29,6                | 0,54              | 3,06         | 2,16            |                                        |
| 5        | Компот из свежих<br>фруктов и ягод | 200          | 17,37               | 0,5               | 0,2          | 23,1            | 96                                     |
| 6        | Хлеб пшеничный                     | 30           | 2,58                | 3,56              | 0,48         | 19,52           | 141                                    |
| 7        | Хлеб ржаной                        | 30           | 2,58                | 2,3               | 0,6          | 10,7            | 87                                     |
|          | <b>Итого за обед</b>               | <b>750</b>   | <b>144,3</b>        | <b>31,99</b>      | <b>22,25</b> | <b>99</b>       | <b>742,2</b>                           |
|          | <b>Итого:</b>                      |              | <b>206,86</b>       |                   |              |                 |                                        |

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю  
Врио директора школы МБОУ СОШ с. Пензенское  
Т.А. Синдихина.



**Меню  
на 17 Сентября 2024г.**

5-11 кл/ОВЗ

| №<br>п/п | Наименование<br>блюда           | Выход<br>гр. | Стоимость<br>блюда | Химический состав |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>ккал |
|----------|---------------------------------|--------------|--------------------|-------------------|--------------|---------------|------------------------------------|
|          |                                 |              |                    | Белки. г          | Жиры. г      | Углеводы. г   |                                    |
|          | <b>ЗАВТРАК</b>                  |              |                    |                   |              |               |                                    |
| 1        | Омлет натуральный               | 190/10       | 35,97              | 17,2              | 26,7         | 4,61          | 294,9                              |
| 2        | Батон масло                     | 50/10        | 16,9               | 7,8               | 8,9          | 18,5          | 164,9                              |
| 3        | Чай с сахаром и лимоном         | 200          | 6,03               | 0,1               | 0            | 15,2          | 61                                 |
| 4        | Яблоко                          | 150          | 31,05              | 0,4               | 0,4          | 10,3          | 44                                 |
|          | 0                               |              |                    |                   |              |               |                                    |
|          | <b>Итого за завтрак</b>         | <b>710</b>   | <b>89,95</b>       | <b>25,5</b>       | <b>36</b>    | <b>48,61</b>  | <b>564,8</b>                       |
|          | <b>Обед</b>                     |              |                    |                   |              |               |                                    |
| 1        | Свекольник                      | 250          | 55,27              | 2,17              | 4,45         | 17,02         | 122                                |
| 2        | Макароны отварные               | 180          | 16,1               | 7,14              | 0,74         | 25,6          | 189,9                              |
| 3        | Печень по-строгановски          | 100          | 41,16              | 18                | 13,8         | 4,3           | 213                                |
| 4        | Салат из свежих овощей          | 100          | 35,03              | 0,9               | 5,1          | 3,6           | 64                                 |
| 5        | Компот из свежих фруктов и ягод | 200          | 19,48              | 0,5               | 0,2          | 23,1          | 96                                 |
| 6        | Хлеб пшеничный                  | 50           | 4,96               | 3,56              | 0,48         | 19,52         | 141                                |
| 7        | Хлеб ржаной                     | 50           | 4,96               | 1,3               | 0,6          | 14,54         | 87                                 |
|          | <b>Итого за обед</b>            | <b>930</b>   | <b>176,96</b>      | <b>33,57</b>      | <b>25,37</b> | <b>107,68</b> | <b>912,9</b>                       |
|          | <b>Итого:</b>                   |              | <b>266,91</b>      |                   |              |               |                                    |

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю  
Врио директора школы МБОУ СОШ с. Пензенское  
\_\_\_\_\_ М.П. Синчихина.



**Меню  
на 17 Сентября 2024г.**

1-4 класс

| №<br>п/п | Наименование<br>блюда Завтрак      | Выход<br>гр. | Стоимос<br>ть блюда | Химический состав |              |                 | Энергетичес<br>кая<br>ценность<br>ккал |
|----------|------------------------------------|--------------|---------------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------------------------------|
|          |                                    |              |                     | Белки.<br>г       | Жиры<br>. г  | Углев<br>оды. г |                                        |
|          | <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                     |                   |              |                 |                                        |
| 1        | Макароны отварные                  | 150          | 15,37               | 5,35              | 0,55         | 25,6            | 107,4                                  |
| 2        | Печень по<br>строгановски          | 80           | 30,18               | 18                | 13,8         | 4,3             | 203                                    |
| 3        | Салат из свежих<br>овощей          | 60           | 29,6                | 0,54              | 3,06         | 2,16            |                                        |
| 4        | Компот из свежих<br>фруктов и ягод | 200          | 17,37               | 0,5               | 0,2          | 23,1            | 96                                     |
| 5        | Хлеб пшеничный                     | 30           | 2,58                | 3,56              | 0,48         | 19,52           | 141                                    |
| 6        | Хлеб ржаной                        | 30           | 2,58                | 2,3               | 0,6          | 10,7            | 87                                     |
|          |                                    |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за завтрак</b>            | <b>700</b>   | <b>97,68</b>        | <b>30,25</b>      | <b>18,69</b> | <b>85,38</b>    | <b>634,4</b>                           |

Повар:  Н.В.Иванова

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
Врио директора школы МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №10 г. Саяногорска»

5-11 класс + Род. Плата

Повар: Иванова Н.В.Иванова

Повар: