

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев  
М.П.



**Меню  
на 5 Декабря 2024г.**

1-4 кла ОБЗ

| №<br>п/п | Наименование блюда<br>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        | Каша Дружба молочная с<br>маслом     | 140/10       | 22,09               | 4,02              | 6,6          | 53,6            | 235,7                                  |
| 2        | Батон масло                          | 40/10        | 14,1                | 7,8               | 8,9          | 18,5            | 164,9                                  |
| 3        | Чай с сахаром и лимоном              | 200          | 6,75                | 0,1               | 0            | 15,2            | 61                                     |
|          |                                      |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          |                                      |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за завтрак</b>              | <b>400</b>   | <b>42,94</b>        | <b>11,92</b>      | <b>15,5</b>  | <b>87,3</b>     | <b>461,6</b>                           |
|          | <b>Обед</b>                          |              |                     |                   |              |                 |                                        |
| 1        | Суп рисовый с мясом Харчо            | 200          | 44,41               | 7,18              | 2,94         | 11,76           | 102                                    |
| 2        | Пюре картофельное                    | 140/10       | 39,7                | 3,06              | 4,8          | 12,45           | 137                                    |
| 3        | Капуста тушеная с мясом              | 80           | 44,44               | 6,78              | 6,48         | 14,52           | 214                                    |
| 4        | Салат из консервированных<br>огурцов | 60           | 18,28               | 0,52              | 3,07         | 1,57            | 35,88                                  |
| 5        | Компот из сухофруктов                | 200          | 6                   | 0,5               | 0            | 24              | 110                                    |
| 6        | Хлеб пшеничный                       | 60           | 4,68                | 3,56              | 0,48         | 19,52           | 141                                    |
|          |                                      |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за обед</b>                 | <b>750</b>   | <b>157,51</b>       | <b>21,6</b>       | <b>17,77</b> | <b>83,82</b>    | <b>739,88</b>                          |
|          | <b>Итого:</b>                        |              | <b>200,45</b>       |                   |              |                 |                                        |

Повар:

*Н.В.Иванова*

Н.В.Иванова

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ с. Пензенское  
С.Н.Киселев  
М.П.



Меню  
на 5 Декабря 2024г.

5-11 к/ОБЗ

| №<br>п/п | Наименование блюда<br>Завтрак        | Выход<br>гр. | Стоимост<br>ь блюда | Химический состав |              |                 | Энергетич<br>еская<br>ценность<br>ккал |
|----------|--------------------------------------|--------------|---------------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------------------------------|
|          |                                      |              |                     | Белки. г          | Жиры.<br>г   | Углево<br>ды. г |                                        |
|          | <b>ЗАВТРАК</b>                       |              |                     |                   |              |                 |                                        |
| 1        | Каша Дружба молочная с<br>маслом     | 190/10       | 27,84               | 5,63              | 8,8          | 72,4            | 136,41                                 |
| 2        | Батон масло                          | 50/10        | 15,37               | 7,8               | 8,9          | 18,5            | 164,9                                  |
| 3        | Чай с сахаром и лимоном              | 200          | 7,66                | 0,1               | 0            | 15,2            | 61                                     |
|          | 0                                    |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | 0                                    |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за завтрак</b>              | <b>460</b>   | <b>50,87</b>        | <b>13,53</b>      | <b>17,7</b>  | <b>106,1</b>    | <b>362,31</b>                          |
|          | <b>Обед</b>                          |              |                     |                   |              |                 |                                        |
| 1        | Суп рисовый с мясом Харчо            | 250          | 52,52               | 1,75              | 4,89         | 8,49            | 253                                    |
| 2        | Пюре картофельное                    | 170/10       | 47,45               | 4,41              | 6,96         | 46,32           | 132                                    |
| 3        | Капуста тушеная с мясом              | 100          | 50,46               | 4,2               | 4,37         | 10,22           | 167                                    |
| 4        | Салат из консервированных<br>огурцов | 100          | 26,94               | 0,86              | 5,11         | 2,61            | 59,8                                   |
| 5        | Компот из сухофруктов                | 200          | 8,53                | 0,5               | 0            | 24              | 110                                    |
| 6        | Хлеб пшеничный                       | 100          | 7,8                 | 3,56              | 0,48         | 19,52           | 141                                    |
|          |                                      |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за обед</b>                 | <b>930</b>   | <b>193,7</b>        | <b>15,28</b>      | <b>21,81</b> | <b>111,16</b>   | <b>862,8</b>                           |
|          | <b>Итого:</b>                        |              | <b>244,57</b>       |                   |              |                 |                                        |

Повар: *Иванова*

Н.В.Иванова



Утверждаю:  
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское  
С.Н. Киселев  
М.П. Пензенское



Меню  
на 5 Декабря 2024г.

1-4 класс

| №<br>п/п | Наименование блюда<br>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        | Пюре картофельное                    | 140/10       | 39,7                | 3,06              | 4,8          | 12,45           | 137                                    |
| 2        | Капуста тушеная с мясом              | 80           | 44,44               | 6,78              | 6,48         | 14,52           | 214                                    |
| 3        | Салат из консервированных<br>огурцов | 60           | 18,28               | 0,52              | 3,07         | 1,57            | 35,88                                  |
| 4        | Компот из сухофруктов                | 200          | 6                   | 0,5               | 0            | 24              | 110                                    |
| 5        | Хлеб пшеничный                       | 60           | 4,68                | 3,56              | 0,48         | 19,52           | 141                                    |
|          |                                      |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за завтрак</b>              | <b>550</b>   | <b>113,1</b>        | <b>14,42</b>      | <b>14,83</b> | <b>72,06</b>    | <b>637,88</b>                          |

Повар:

*Н.В.Иванова*

Н.В.Иванова

Утверждаю:  
Директор школы № 501 с. Пензенское  
С.П. Киселев.



Меню  
на 5 Декабря 2024г.

5-11 класс + Род. плата

| №<br>п/п | Наименование блюда<br>Завтрак        | Выход<br>гр. | Стоимост<br>ь блюда | Химический состав |              |                 | Энергетич<br>еская<br>ценность<br>ккал |
|----------|--------------------------------------|--------------|---------------------|-------------------|--------------|-----------------|----------------------------------------|
|          |                                      |              |                     | Белки. г          | Жиры.<br>г   | Углево<br>ды. г |                                        |
|          | <b>ЗАВТРАК</b>                       |              |                     |                   |              |                 |                                        |
| 1        | Пюре картофельное                    | 170/10       | 47,45               | 4,41              | 6,96         | 46,32           | 132                                    |
| 2        | Капуста тушеная с мясом              | 100          | 50,46               | 4,2               | 4,37         | 10,22           | 167                                    |
| 3        | Салат из консервированных<br>огурцов | 100          | 26,94               | 0,86              | 5,11         | 2,61            | 59,8                                   |
| 4        | Компот из сухофруктов                | 200          | 8,53                | 0,5               | 0            | 24              | 110                                    |
| 5        | Хлеб пшеничный                       | 100          | 7,8                 | 3,56              | 0,48         | 19,52           | 141                                    |
|          |                                      |              |                     |                   |              |                 |                                        |
|          | <b>Итого за завтрак</b>              | <b>680</b>   | <b>141,18</b>       | <b>13,53</b>      | <b>16,92</b> | <b>102,67</b>   | <b>609,8</b>                           |

Повар: *Иванова*

Н.В.Иванова