

Утверждаю  
 Директор  
 МБОУ «Кутеминская СОШ»  
 (Миронов А. В.)

**МЕНЮ**  
**на 16 сентября 2024 года**  
**1 – 4 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход. г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Котлета из мяса птицы	90		198	10.20	12.93	13.79
2			Компот из сухофруктов (75С)	200		92.80	0.66	0.09	22.03
3		гор. напиток	Хлеб ржаной	30		59.40	1.98	0.36	11.88
4		хлеб	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5		189.30	5.70	4.30	31.99
5		гарнир	фрукты						
6		закуска	Салат из моркови с яблоками	60		50.91	0.64	3.01	5.11
			итого		66.76				

**5 – 11 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход. д. г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Сосиски отварные	90		235.80	9.92	21.46	0.32
2			гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92.80	0.66	0.09
3		хлеб	Хлеб ржаной	30		59.40	1.98	0.36	11.88
4		Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		176.10	5.68	2.85	31.96	
5		гарнир	фрукты						
			итого		42				

**на 17 сентября 2024 года**  
**1 – 4 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход. г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Сырники из творога с кашей молочной «Дружба» с маслом сливочным	50/150/5		330.90	13.65	15.29	32.32
2			гор. напиток	Чай с сахаром	190/10		40	0.07	0.02

3		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
4		гарнир							
5		фрукты	яблоки	100		47	0,40	0,40	9,80
6									
				итого	66,76				

**5 – 11 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Суп лапша домашняя с мясом птицы	250/20		132,55	5,65	6,10	11,62
2			гор. напиток	Чай с сахаром	190/10		40	0,07	0,02
3		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
4		гарнир							
5		фрукты							
				итого	42				

на 18 сентября 2024 года

**1 – 4 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Гуляш из говядины	10		34,33	2,63	2,56	0
2			гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,11	0,02
3		хлеб	Хлеб ржаной	50		99	3,30	0,60	19,80
4		гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150		214	3,77	2,29	39,72
5		фрукты							
6				Сыр порционно	10		34,33	2,63	2,56
7									
				итого	66,76				

**5 – 11 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Гуляш из говядины	50/50		221	10,39	14,79	10,3
2			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150		214	3,77	2,29
3		гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,112	0,018	10,15
4		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5									
				итого	42				

на 19 сентября 2024 года

**1 – 4 классы**

№	Приём	Раздел	Блюдо	Выход	Цена	Калорийное	Белк	Жир	Углевод
---	-------	--------	-------	-------	------	------------	------	-----	---------



	пищи		д. г	р	ть	и	ы	ы	
1	Завтрак	гор. блюдо	Котлета из мяса птицы	90		198	10.20	12.93	13.79
2		гор. напиток	Чай с сахаром, с яблоком	180/10		44.70	0.11	0.06	10.98
3		хлеб	Хлеб пшеничный/ржаной	30/40		70.50/79.20	2.28/2.64	0.24/0.48	14.76/15.84
4		гарнир	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		150.45	3.08	6.25	20.47
5		закуска	Свекла отварная дольками	60		28.80	1.08	0.06	5.88
6									
			итого	66.76					

### 5 – 11 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход д. г	Цена р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной	250/20		135.62	7.63	7.20	8.36
2		гарнир							
3		гор. напиток	Чай с сахаром, с яблоком	180/10		44.70	0.11	0.06	10.98
4		хлеб							
5									
			итого	42					

на 20 сентября 2024 года

### 1-4 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход г	Цена р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40		124	7.284	11.940	8.360
2		гор. напиток	Напиток из свежих фруктов (75С)	200		103.50	0.34	0.17	21.46
3		хлеб	Хлеб пшеничный	45		105.75	3.42	0.36	22.14
4		гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5		176.10	5.10	3.62	31.96
5		закуска	Сыр порционно	15		51.50	3.95	3.99	0
6									
			итого	66.76					

