

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



**МЕНЮ**  
 на 13 мая 2024 года  
 1 – 4 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Сосиски отварные	90		235,80	9,925	21,46	0,32
2		гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5		189,30	5,70	4,30	31,99
3		гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92,80	0,66	0,09	22,03
4		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5		фрукты							
6		доп. гарнир	Зеленый горошек к/с	40		33,44	1,19	2,08	2,50
7			итого		66,76				
8									
9									

**5 – 11 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Сосиски отварные	90		235,80	9,92	21,46	0,32
2		гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5		189,30	5,70	4,30	31,99
3		гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92,80	0,66	0,09	22,03
4		хлеб	Хлеб ржаной хлеб пшеничный	25/30		58,75/59,40	1,90/ 1,98	0,20/ 0,36	12,30/11,88
5									
			итого		42				

**на 14 мая 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 молочной кашей «Дружба»	50/150		292,26	12,92	14,39	31,09
2		гор.	Чай с сахаром	190/1		40,00	0,07	0,02	10,01



	напиток		0					
3	хлеб	Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
4	фрукты	яблоки	100		47	0,40	0,40	9,80
5			итого	66,76				
6								
7								

**5 – 11 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Суп-лапша домашняя с мясом	250/2					
2			птицы	0		132,55	5,65	6,10	11,62
3		гор. напиток	Чай с сахаром	190/1		40	0,07	0,02	10,01
4		хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5									
				итого	42				

на 15 мая 2024 года

**1 – 4 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Гуляш из говядины	50\50		214,00	3,77	2,29	39,72
2			гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185\1		41,32	0,11	0,02
3		хлеб	Хлеб ржаной	50		99,00	3,30	0,60	19,80
4		гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150		207	4,61	6,92	27,79
5		закуска	Сыр порционно	10		34,33	2,63	2,66	0
6									
				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\1		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 16 мая 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		гор. напиток	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		44,70	0,11	0,06	10,98
3		хлеб	Хлеб пшеничный хлеб ржаной	20/30		47/59,40	1,52/ 1,98	0,16/ 0,36	9,84/11,88
4		гарнир	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		202,80	4,11	3,55	30,79
5		фрукты							
6			Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60		55,68	0,84	3,61	4,96
				итого	66,76				

**5 – 11 классы**

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом, со сметаной	250/20/10		135,62	7,63	7,20	8,36
2		гарнир							
3		гор. напиток	Чай с сахаром, с яблоками	180/10/10		44,70	0,11	0,06	10,98
4		хлеб	Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
5									
				итого	42				

на 17 мая 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		123,99	7,28	11,94	8,38
2		гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92,80	0,66	0,09	22,03
3		хлеб	Хлеб пшеничный	30		70,50	2,28	0,24	14,76
4		фрукты	яблоки	100		47	0,40	0,40	9,80
5		гарнир	Макаронные изделия отварные	150		145,50	4,50	2,94	25,01
6					итого	66,76			

**5 – 11 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		123,99	7,28	11,94	8,38
2		гор. напиток	Компот из сухофруктов	200		92,80	0,66	0,09	22,03
3		хлеб	хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
4		гарнир	Макаронные изделия отварные	150		145,50	4,50	2,94	25,01
5				итого		42			

на 18 мая 2024 года

1 – 4 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Биточки рыбные	90		193,30	13,17	10,70	15,79
2		гор. напиток	Чай с сахаром, с лимонов	185/10/5		41,32	0,11	0,02	10,15
3		хлеб	хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
4		гарнир	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/3		223,35	3,63	6,50	37,58
5		закуска	Салат из квашеной капусты	60		51,42	1,02	3	5,07
6		фрукты							
			итого		66,76				

5 – 11 классы

№	Приём пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена, р	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1	Завтрак	гор. блюдо	Шульца с говядиной, с картофелем и овощами	250/20		143,67	7,95	3,58	16,97
2		гарнир							
3		гор. напиток	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,11	0,02	10,15
4		хлеб	хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
5									
			итого		30				

Повар: Семайкина Н. Н. (Семайкина Н. Н.)