



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 1-4 классов
На 2024-2025 учебный год
МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь
14.10.24

Классы 1-4

Понедельник 1-я неделя

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена с наценкой | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|----------------|--------|--|--------------|-----------------|-----------------|---------------|---------------|----------------|
| Завтрак | блюда из круп | 174 | Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 200/10 | 23,75 | 252,6 | 5,7 | 6,8 | 41,7 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | холодные блюда | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 8,00 | 75 | 0,1 | 8,3 | 0,1 |
| | холодные блюда | 15 | Сыр "Российский" (порциями) | 15 | 8,40 | 54,5 | 3,5 | 4,5 | 0,005 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные (апельсин или яблоко) | 150 | 20,00 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | | | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200 | 26,00 | 252,6 | 5,7 | 6,8 | 41,7 |
| ИТОГО | | | | 685 | 90,00 | 951,1 | 23,75 | 29,05 | 143,555 |
| Обед | холодные блюда | 70 | Овощи натуральные свежие (помидоры) | 60 | 8,90 | 1,32 | 0,06 | 0,012 | 0,3 |
| | супы | 102 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 7,70 | 140,7 | 5,6 | 5,4 | 17,5 |
| | гор.блюдо | 268 | Биточки из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 90/9 | 36,81 | 344 | 16,5 | 24,2 | 14,3 |
| | гарниры | 309 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 180 | 9,44 | 245,4 | 6,6 | 4,3 | 47,3 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные (яблоко) | 150 | 17,50 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | Сладкие блюда | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 5,80 | 77,4 | 0,064 | | 19,4 |
| ИТОГО | | | | 1 039 | 90,00 | 1 125,22 | 37,574 | 36,562 | 158,85 |
| ИТОГО за день | | | | 1 724 | 180,00 | 2 076,32 | 61,324 | 65,612 | 302,405 |

ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам



Кияковский А.Н.

Байдикова Г. А.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь
 /Омельяненко Т. В./



Меню школьных завтраков и обедов
 Для учащихся 1-4 классов
 На 2024-2025 учебный год
 МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь
 15.10.24

Классы 1-4

Вторник 1-я неделя

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена с наценкой | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|----------------|--------|---|--------------|-----------------|------------------|---------------|---------------|----------------|
| Завтрак | | 210 | Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 135/13 | 39,25 | 285,8 | 13,8 | 24,5 | 2,6 |
| | | | Икра кабачковая консервированная | 80 | 12,80 | 36,1 | 1,3 | 1 | 6,4 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | холодные блюда | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 8,00 | 75 | 0,1 | 8,3 | 0,1 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные (яблоко) | 150 | 17,50 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | напитки | 379 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 8,60 | 103,5 | 3,1 | 2,4 | 17,2 |
| ИТОГО | | | | 668 | 90,00 | 816,8 | 27,05 | 38,85 | 86,35 |
| Обед | холодные блюда | 70 | Овощи натуральные свежие (супы) | 60 | 8,00 | 9,727 | 0,497 | 0,071 | 2,627 |
| | супы | 82 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 6,60 | 124,274 | 2,814 | 5,208 | 15,272 |
| | гор.блюдо | 227 | Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 90/9 | 33,14 | 146 | 17,1 | 8,2 | 0,9 |
| | гарниры | 310 | Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 180 | 11,55 | 183,7 | 3,7 | 5,1 | 32,7 |
| | напитки | 342 | Компот из свежих яблок | 200 | 6,86 | 103 | 0,7 | 0,3 | 24,4 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные (апельсин или яблоко) | 150 | 20,00 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| ИТОГО | | | | 1 049 | 90,00 | 883,101 | 33,561 | 21,529 | 135,949 |
| ИТОГО за день | | | | 1 717 | 180,00 | 1 699,901 | 60,611 | 60,379 | 222,299 |

ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам



Кияковский А.Н.
 Байдикова Г. А.



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 1-4 классов
На 2024-2025 учебный год
МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь
16.10.24

Классы 1- 4

Среда 1-я неделя

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена с наценкой | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|-------------------|----------|--|--------------|-----------------|-----------------|---------------|---------------|---------------|
| Завтрак | блюда из мак. изд | 204 | Макароны отварные с сыром с маслом сливочным «Крестьянским 72.5%» | 197/8/32 | 22,15 | 165,4 | 4,6 | 7,7 | 23,2 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | холодные блюда | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72.5% (порциями) | 10 | 8,00 | 75 | 0,1 | 8,3 | 0,1 |
| | | | Биоiogурт фруктовый в индивидуальной упаковке | 125 | 30,00 | | 4,4 | 3 | 6,5 |
| | Сладкие блюда | 350 | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200 | 26,00 | 110,2 | 0,1 | | 26,9 |
| ИТОГО | | | | 672 | 90,00 | 596,5 | 17,45 | 21,15 | 102,15 |
| Обед | холодные блюда | 70 | Овощи натуральные свежие (помидоры) | 60 | 8,90 | 1,32 | 0,06 | 0,012 | 0,3 |
| | супы | 101 | Суп картофельный с крупой рисовой | 250 | 6,05 | 85,2 | 1,7 | 2,7 | 13,3 |
| | гарниры | 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72.5% | 180 | 10,44 | 290,2 | 8,3 | 6,7 | 48,5 |
| | гор.блюдо | 268, 331 | Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 90/50 | 37,13 | 343,9 | 16,5 | 24,2 | 14,3 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные | 150 | 17,50 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | Сладкие блюда | 354 | Кисель из смеси сухофруктов | 200 | 6,13 | 77,4 | 0,064 | | 19,4 |
| ИТОГО | | | | 1 080 | 90,00 | 1 114,42 | 35,374 | 36,262 | 155,85 |
| ИТОГО за день | | | | 1 752 | 180,00 | 1 710,92 | 52,824 | 57,412 | 258 |

ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам



Кияковский А.Н.

Байдикова Г. А.



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 1-4 классов
На 2024-2025 учебный год
МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь
17.10.24

Классы 1- 4

Четверг 1-я неделя

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена с наценкой | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|------------------|--------|--|-------------|-----------------|------------------|---------------|---------------|----------------|
| Завтрак | блюда из творога | 224 | Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком | 200/80 | 44,55 | 117,8 | 5,2 | 5,9 | 10 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | холодные блюда | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 8,00 | 75 | 0,1 | 8,3 | 0,1 |
| | холодные блюда | 15 | Сыр "Российский" (порциями) | 15 | 8,40 | 54,5 | 3,5 | 4,5 | 0,005 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные | 150 | 17,50 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | напитки | 382 | Какао с молоком | 200 | 7,70 | 134 | 2,9 | 2,5 | 24,8 |
| ИТОГО | | | | 755 | 90,00 | 697,7 | 20,45 | 23,85 | 94,955 |
| Обед | холодные блюда | 70 | Овощи натуральные свежие (порции) | 60 | 8,00 | 9,727 | 0,497 | 0,071 | 2,627 |
| | супы | 88 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 7,55 | 83,2 | 2 | 6,1 | 7 |
| | гор.блюдо | 291 | Плов из птицы | 90/270 | 44,80 | 433,5 | 25,4 | 26 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные (апельсин или яблоко) | 150 | 20,00 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | Сладкие блюда | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 5,80 | 77,4 | 0,064 | | 19,4 |
| ИТОГО | | | | 1010 | 90,00 | 920,227 | 36,711 | 34,821 | 113,277 |
| ИТОГО за день | | | | 1765 | 180,00 | 1 617,927 | 57,161 | 58,671 | 208,232 |

ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам



_____ Кияковский А.Н.

_____ Байдикова Г. А.



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 1-4 классов
На 2024-2025 учебный год
МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь
18.10.24

Классы 1- 4

Пятница 1-я неделя

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена с наценкой | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|----------------|--------|--|--------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|----------------|
| Завтрак | холодные блюда | 70 | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 60 | 8,00 | 9,727 | 0,497 | 0,071 | 2,627 |
| | гор.блюдо | 289 | Рагу из птицы | 90/270 | 44,55 | 320,6 | 20,6 | 16,5 | 23,1 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | холодные блюда | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 8,00 | 75 | 0,1 | 8,3 | 0,1 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные (апельсин или яблоко) | 150 | 20,00 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | напитки | 377 | Чай с лимоном | 200/15/7 | 5,60 | 62 | 0,013 | 0,002 | 15,2 |
| ИТОГО | | | | 815 | 90,00 | 783,727 | 29,96 | 27,523 | 101,077 |
| Обед | холодные блюда | 70 | Овощи натуральные свежие (помидоры) | 60 | 8,90 | 1,32 | 0,06 | 0,012 | 0,3 |
| | супы | 112 | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 6,18 | 117 | 3,9 | 2,8 | 19 |
| | гор.блюдо | 274 | Зразы рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 90/5 | 33,81 | 224 | 11,6 | 13,5 | 13,8 |
| | гарниры | 312 | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 180 | 12,90 | 191,4 | 3,9 | 11,5 | 22,7 |
| | Хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 1,89 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | Хлеб | | Хлеб ржаной | 50 | 1,96 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Фрукты сезонные калиброванные (яблоко) | 150 | 17,50 | 70,5 | 0,5 | 0,5 | 14,6 |
| | напитки | 388 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 6,86 | 103 | 0,7 | 0,3 | 24,4 |
| ИТОГО | | | | 1 035 | 90,00 | 953,12 | 28,91 | 30,762 | 140,25 |
| ИТОГО за день | | | | 1847 | 180,00 | 1 736,847 | 58,87 | 58,285 | 241,327 |

ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам



Кияковский А.Н.
 Байдикова Г. А.