

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Замулина Т.А.  
/Замулина Т.А./



Меню школьных завтраков и обедов  
Для учащихся 5-11 классов  
На 2024-2025 учебный год  
МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь  
05.05.25

Классы 5-11

Понедельник 2-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 овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 220/10/10 | 23,51           | 212,4        | 6,58   | 10,1   | 25,6     |
|               | 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    |
|               | Хлеб           |        | Хлеб пшеничный                                                                | 50        | 3,90            | 116,9        | 3,95   | 0,5    | 24,2     |
|               | Хлеб           |        | Хлеб Ржаной                                                                   | 30        | 3,25            | 61,2         | 2      | 0,3    | 12,7     |
|               | напитки        | 377    | Чай с лимоном                                                                 | 200/15/7  | 5,44            | 62           | 0,013  | 0,002  | 15,2     |
|               | фрукты         |        | Фрукты свежие (яблоко 1 шт)                                                   | 150       | 17,50           | 70,5         | 0,5    | 0,5    | 14,6     |
| ИТОГО         |                |        |                                                                               | 682       | 70,0            | 652,5        | 16,643 | 24,202 | 92,405   |
| Обед          | холодные блюда | 71     | Овощи натуральные свежие (огурцы)                                             | 100       | 14,90           | 12,16        | 0,5    | 0,063  | 1,06     |
|               | супы           | 99     | Суп из овощей со сметаной                                                     | 250/10    | 12,90           | 91           | 3      | 4,2    | 10,2     |
|               | гор.блюдо      | 278    | Тефтели рубленые из говядины с соусом сметанным с томатом                     | 100/50    | 43,98           | 301,6        | 12,8   | 14,3   | 16,8     |
|               |                | 171    | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%            | 180       | 11,65           | 336          | 10,6   | 11,5   | 47,8     |
|               | Хлеб           |        | Хлеб пшеничный                                                                | 50        | 3,90            | 116,9        | 3,95   | 0,5    | 24,2     |
|               | Хлеб           |        | Хлеб ржаной                                                                   | 50        | 3,90            | 129          | 4,3    | 1,65   | 21,25    |
|               | напитки        | 349    | Компот из смеси сухофруктов                                                   | 200       | 6,77            | 103          | 0,7    | 0,3    | 24,4     |
| ИТОГО         |                |        |                                                                               | 990       | 98              | 1 089,66     | 35,85  | 32,513 | 145,71   |
| ИТОГО за день |                |        |                                                                               | 1672      | 168,0           | 1 742,16     | 52,493 | 56,715 | 238,115  |

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь

Повар-бригадир

Экономист по

ценам

Омельяненко Т. В.

Фазылова А.А.

Байдикова Г. А.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Замулина Т.А.

/Замулина Т.А./

## Меню школьных завтраков и обедов

Для учащихся 5-11 классов

На 2024-2025 учебный год

МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь

06.05.25

Классы 5-11

Вторник 2-я неделя

| Прием пищи    | Раздел          | № рец. | Блюдо                                                     | Выход, г | Цена с наценкой | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|-----------------|--------|-----------------------------------------------------------|----------|-----------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак       | блюда из круп   | 188    | Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным        | 220/80   | 51,86           | 505,8        | 15    | 16,9  | 73,1     |
|               | Хлеб            |        | Хлеб пшеничный                                            | 50       | 3,90            | 116,9        | 3,95  | 0,5   | 24,2     |
|               | Хлеб            |        | Хлеб Ржаной                                               | 30       | 3,25            | 61,2         | 2     | 0,3   | 12,7     |
|               | напитки         | 382    | Какао с молоком                                           | 200      | 10,99           | 134          | 2,9   | 2,5   | 24,8     |
| ИТОГО         |                 |        |                                                           | 580      | 70,0            | 817,9        | 23,85 | 20,2  | 134,8    |
| Обед          | холодные блюда  | 71     | Овощи натуральные свежие (помидоры)                       | 100      | 14,90           | 12           | 0,1   | 0,1   | 1,9      |
|               | супы            | 96     | Рассольник Ленинградский                                  | 250      | 9,47            | 122,4        | 2,3   | 5,3   | 16,4     |
|               | гор.блюдо       | 229    | Рыба минтай тушеная в томате с овощами                    | 100/50   | 46,31           | 146          | 17,1  | 8,2   | 0,9      |
|               | блюда из овощей | 128    | Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 180      | 12,87           | 217,8        | 3,9   | 11,5  | 22,7     |
|               | Хлеб            |        | Хлеб пшеничный                                            | 50       | 3,90            | 116,9        | 3,95  | 0,5   | 24,2     |
|               | Хлеб            |        | Хлеб ржаной                                               | 50       | 3,90            | 129          | 4,3   | 1,65  | 21,25    |
|               |                 | 388    | Кисель из свежих яблок                                    | 200      | 6,65            | 111,1        | 0,2   | 0,2   | 27,1     |
| ИТОГО         |                 |        |                                                           | 980      | 98              | 855,2        | 31,85 | 27,45 | 114,45   |
| ИТОГО за день |                 |        |                                                           | 1560     | 168,0           | 1 673,1      | 55,7  | 47,65 | 249,25   |

## СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь

Повар-бригадир

Экономист по

ценам

Омельяненко Т. В.

Фазылова А.А.

Байдикова Г. А.

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Замулина Т.А.  
*Замулина Т.А.* /Замулина Т.А./



Меню школьных завтраков и обедов  
Для учащихся 5-11 классов  
На 2024-2025 учебный год  
МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь  
07.05.25

Классы 5-11

Среда 2-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%   | 220/10/10 | 34,51           | 252,6        | 5,7   | 6,8    | 41,7     |
|               | 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    |
|               | Хлеб           |        | Хлеб пшеничный                                                         | 50        | 3,90            | 116,9        | 3,95  | 0,5    | 24,2     |
|               | Хлеб           |        | Хлеб Ржаной                                                            | 30        | 3,25            | 61,2         | 2     | 0,3    | 12,7     |
|               | напитки        | 379    | Кофейный напиток с молоком                                             | 200       | 11,94           | 103,5        | 3,1   | 2,4    | 17,2     |
| ИТОГО         |                |        |                                                                        | 545       | 70,0            | 663,7        | 18,35 | 22,8   | 95,905   |
| Обед          | холодные блюда | 71     | Овощи натуральные свежие (огурцы)                                      | 100       | 14,90           | 12,16        | 0,5   | 0,063  | 1,06     |
|               | супы           | 102    | Суп картофельный с бобовыми                                            | 250       | 10,95           | 140,7        | 5,6   | 5,4    | 17,5     |
|               | гор.блюдо      | 295    | Котлеты рубленые из филе птицы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 100/10    | 49,23           | 241,7        | 14,1  | 18,4   | 15,7     |
|               | гарниры        | 203    | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%    | 180       | 9,47            | 246,6        | 6,9   | 7,3    | 25,2     |
|               | Хлеб           |        | Хлеб пшеничный                                                         | 50        | 3,90            | 116,9        | 3,95  | 0,5    | 24,2     |
|               | Хлеб           |        | Хлеб ржаной                                                            | 50        | 3,90            | 129          | 4,3   | 1,65   | 21,25    |
|               |                | 344    | Компот из свежих яблок                                                 | 200       | 5,65            | 111,1        | 0,2   | 0,2    | 27,1     |
| ИТОГО         |                |        |                                                                        | 940       | 98              | 998,16       | 35,55 | 33,513 | 132,01   |
| ИТОГО за день |                |        |                                                                        | 1.485     | 168,0           | 1 661,86     | 53,9  | 56,313 | 227,915  |

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 18 г.Ставрополь

Повар-бригадир

Экономист по

ценам

Омельяненко Т. В.

Фазылова А.А.

Байдикова Г. А.

