

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

Солодухо

Т.В. Солодухо

« 7 »

марта

2025года



Меню завтраков для обучающихся 1 - 4 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник -10.03.2025г.		
Каша пшениная вязкая	200	222,500
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113,400
Бутерброд с сыром	50	139,000
ИТОГО	480	521,900
Вторник -11.03.2025г.		
Омлет натуральный с кукурузой консервированной	200/30	209,790
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с молоком	200	102,660
ИТОГО	500	478,450
Среда-12.03.2025г.		
Каша овсяная вязкая	200	174,000
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Яйцо вареное	40	63,000
Какао с молоком сгущенным	200	138,400
Бутерброд с маслом	40	119,000
ИТОГО	510	541,400
Четверг-13.03.2025г.		
Зразы из творога с изюмом	200	342,000
Соус молочный (сладкий)	30	30,440
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с лимоном	200	45,500
ИТОГО	500	583,940
Пятница - 14.03.2025г.		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	147,220
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113,400
Бутерброд с маслом	40	119,000
Плоды свежие (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	570	470,620

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

Солодухо Т.В. Солодухо

« 7 » *Март* 2025года



Меню завтраков для обучающихся 5- 9 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник -10.03.2025г.		
Каша пшеничная вязкая	250	278,120
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113,400
Бутерброд с сыром	50	139,000
ИТОГО	530	577,520
Вторник -11.03.2025г.		
Омлет натуральный с кукурузой консервированной	250/30	258,880
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с молоком	200	102,660
ИТОГО	550	527,540
Среда-12.03.2025г.		
Каша овсяная вязкая	250	217,500
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Яйцо вареное	40	63,000
Какао с молоком сгущенным	200	138,400
Бутерброд с маслом	40	119,000
ИТОГО	560	584,900
Четверг - 13.03.2025г.		
Зразы из творога с изюмом	250	428,000
Соус молочный (сладкий)	30	30,440
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с лимоном	200	45,500
ИТОГО	550	669,940
Пятница - 14.03.2025г.		
Суп молочный с макаронными изделиями	250	181,520
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113,400
Бутерброд с маслом	40	119,000
Плоды свежие (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	620	504,920

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

Солодухо
« 7 » *марта*

Т.В. Солодухо

2025года



Меню обедов для обучающихся 1 - 4 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник -10.03.2025г.		
Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	200	166,600
Птица тушеная	90	114,240
Каша рисовая , рассыпчатая	150	209,950
Компот из яблок	200	114,660
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	790	748,45
Вторник -11.03.2025г.		
Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	200	137,800
Запеканка картофельная с мясом, соус томатный	200/20	306,400
Огурец (свежий или консервированный)	60	44,400
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	730	721,60
Среда-12.03.2025г.		
Суп рыбный с крупой	200	167,000
Котлеты рубленые из птицы	90	154,500
Капуста тушеная	150	132,000
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	790	684,280
Четверг-13.03.2025г.		
Борщ с мясом, со сметаной	200/10	158,000
Тефтели мясные, соус сметанный	90/20	189,740
Макаронные изделия отварные с маслом	150	204,700
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	720	785,440
Пятница - 14.03.2025г.		
Рассольник ленинградский на к/б	200	126,600
Рыба, тушеная с овощами	90	167,000
Пюре картофельное	150	157,250
Огурец (свежий или консервированный)	60	44,400
Компот из сушеных фруктов (смесь)	200	132,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	750	726,250

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

Солодухо Т.В. Солодухо
« 7 » *марта* 2025года



Меню обедов для обучающихся 5- 9 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник -10.03.2025г.		
Суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	250	208,250
Птица тушеная	100	126,930
Каша рисовая , рассыпчатая	180	251,940
Компот из яблок	200	114,660
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	780	800,78
Вторник -11.03.2025г.		
Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	250	182,250
Запеканка картофельная с мясом, соус томатный	250/20	379,650
Огурец (свежий или консервированный)	100	74,000
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	870	868,900
Среда-12.03.2025г.		
Суп рыбный с крупой	250	171,600
Котлеты рубленые из птицы	100	208,000
Капуста тушеная	180	162,500
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	880	772,880
Четверг - 13.03.2025г.		
Борщ с мясом, со сметаной	250/10	207,500
Тефтели мясные, соус сметанный	100/20	209,180
Макаронные изделия отварные с маслом	180	245,640
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	810	895,320
Пятница - 14.03.2025г.		
Рассольник ленинградский на к/б	250	168,580
Рыба, тушеная с овощами	100	185,000
Пюре картофельное	180	198,700
Огурец (свежий или консервированный)	100	74,000
Компот из сушеных фруктов (смесь)	200	132,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	880	857,280