

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

Т.В. Солодухо

« 14 » _____ 2025года



Меню завтраков для обучающихся 1 - 4 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник-17.03.2025г.		
Каша пшеничная вязкая	200	193,000
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Яйцо вареное	40	63,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с молоком	200	102,660
ИТОГО	510	524,660
Вторник-18.03.2025г.		
Омлет натуральный с консервированным зеленым горошком	200/30	221,480
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с сыром	50	139,000
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113,400
ИТОГО	510	520,880
Среда -19.03.2025г.		
Макароны отварные с сыром	230	303,600
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с сахаром	200	45,500
ИТОГО	500	515,100
Четверг-20.03.2025г.		
Запеканка из творога	200	241,000
Соус молочный (сладкий)	30	30,440
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Какао с молоком сгущенным	200	138,400
Бутерброд с маслом	40	119,000
ИТОГО	500	575,840
Пятница-21.03.2025г.		
Каша гречневая вязкая	200	198,000
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Яйцо вареное	40	63,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с лимоном	200	45,500
ИТОГО	510	472,500

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
МОУ «Черёмушская ООШ»

Солодухо
« 14 » *марта* 2025года



Меню завтраков для обучающихся 5 - 9 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник -17.03.2025г.		
Каша пшеничная вязкая	250	241,250
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Яйцо вареное	40	63,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с молоком	200	102,660
ИТОГО	560	572,910
Вторник -18.03.2025г.		
Омлет натуральный с консервированным зеленым горошком	250/30	270,570
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с сыром	50	139,000
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113,400
ИТОГО	560	569,970
Среда -19.03.2025г.		
Макароны отварные с сыром	250	330,000
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с сахаром	200	45,500
ИТОГО	520	541,500
Четверг-20.03.2025г.		
Запеканка из творога	250	262,500
Соус молочный (сладкий)	30	30,440
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Какао с молоком сгущенным	200	138,400
Бутерброд с маслом	40	119,000
ИТОГО	550	597,34
Пятница-21.03.2025г.		
Каша гречневая вязкая	250	247,500
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	47,000
Яйцо вареное	40	63,000
Бутерброд с маслом	40	119,000
Чай с лимоном	200	45,500
ИТОГО	560	522,00

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

«14» марта 2025 года



Меню обедов для обучающихся 1 - 4 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник-17.03.2025г.		
Рассольник домашний на к/б	200	124,600
Плов из курицы	200	377,000
Компот из яблок	200	114,660
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	750	759,260
Вторник-18.03.2025г.		
Борщ с картофелем на м/б, со сметаной	200/10	174,640
Печень тушеная в соусе	90	158,670
Каша гречневая, рассыпчатая	150	183,460
Сок фруктовый	200	78,400
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	700	694,17
Среда -19.03.2025г.		
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	138,210
Рыба припущенная в молоке	90	152,000
Каша рисовая, рассыпчатая	150	209,950
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	710	733,16
Четверг-20.03.2025г.		
Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б	200	154,720
Мясо тушеное с овощами в соусе	200	244,00
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	750	675,720
Пятница-21.03.2025г.		
Суп картофельный с крупой на к/б	200	152,600
Котлеты или биточки рыбные, запеченные	90	109,130
Пюре картофельное	150	157,25
Огурец (свежий или консервированный)	60	44,400
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	750	650,16

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

«14» Мая 2025 года

Т.В. Солодухо

Меню обедов для обучающихся 5 - 9 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
Понедельник -17.03.2025г.		
Рассольник домашний на к/б	250	175,750
Плов из курицы	250	471,250
Компот из яблок	200	114,660
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	850	904,660
Вторник -18.03.2025г.		
Борщ с картофелем на м/б, со сметаной	250/10	228,300
Печень тушеная в соусе	100	176,300
Каша гречневая, рассыпчатая	180	220,150
Компот из сушеных фруктов (смесь)	200	132,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	790	855,750
Среда -19.03.2025г.		
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/20	182,760
Рыба припущенная в молоке	100	168,880
Каша рисовая, рассыпчатая	180	251,940
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	800	836,580
Четверг-20.03.2025г.		
Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б	250	193,400
Мясо тушеное с овощами в соусе	250	305,000
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
ИТОГО	850	775,400
Пятница-21.03.2025г.		
Суп картофельный с крупой на к/б	250	190,750
Котлеты или биточки рыбные, запеченные	100	121,250
Пюре картофельное	180	198,700
Огурец (свежий или консервированный)	100	74,000
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
ИТОГО	880	771,48