

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

*Солодухо* Т.В. Солодухо  
« 17 » *января* 2025 года



**Меню завтраков для обучающихся 1 - 4 классов**

Название блюда	Выход (вес порции (мл.или гр.))	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Понедельник-20.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>510</b>	<b>524,660</b>
<b>Вторник-21.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>510</b>	<b>520,880</b>
<b>Среда -22.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>515,100</b>
<b>Четверг-23.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>575,840</b>
<b>Пятница-24.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>510</b>	<b>472,500</b>

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы  
 МОУ «Черёмушская ООШ»  
 Солодухо Т.В. Солодухо  
 « 17 » Января 2025года

Меню завтраков для обучающихся 5 - 9 классов\*

Название блюда	Выход (вес порции (мл.или гр.))	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Понедельник -20.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>572,910</b>
<b>Вторник -21.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>569,970</b>
<b>Среда -22.01.2025г.</b>		
Макаронны 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
<b>ИТОГО</b>	<b>520</b>	<b>541,500</b>
<b>Четверг-23.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>597,34</b>
<b>Пятница-24.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>522,00</b>

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

*Солодуха* Т.В. Солодухо  
«17» *Сентября* 2025года



« Меню обедов для обучающихся 1 - 4 классов

Название блюда	Выход (вес порции (мл.или гр.))	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Понедельник-20.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>759,260</b>
<b>Вторник-21.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>700</b>	<b>694,17</b>
<b>Среда -22.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>710</b>	<b>733,16</b>
<b>Четверг-23.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>675,720</b>
<b>Пятница-24.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>650,16</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МОУ «Черёмушская ООШ»

*Солодуха* Т.В. Солодуха

« 17 » *Января* 2025года



### Меню обедов для обучающихся 5 - 9 классов

Название блюда	Выход (вес порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Понедельник -20.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>850</b>	<b>904,660</b>
<b>Вторник -21.01.2025г.</b>		
Борщ с картофелем на м/б, со сметаной	250/10	228,300
Печень тушенная 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
<b>ИТОГО</b>	<b>790</b>	<b>855,750</b>
<b>Среда -22.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>800</b>	<b>836,580</b>
<b>Четверг-23.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>850</b>	<b>775,400</b>
<b>Пятница-24.01.2025г.</b>		
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
<b>ИТОГО</b>	<b>880</b>	<b>771,48</b>