

Школа

МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П. Князева"(базовая школа+филиалы)

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

7-11 лет

Школа

МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П. Отд./корп

Неделя	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Рагу из овощей
			гор.напиток	Напиток из шиповника
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			соус	Соус белый основной
			2 блюдо	Биточек из говядены
			итого	
1	1	Обед	закуска	
			1 блюдо	Суп- лапша домашняя
			2 блюдо	Биточек из курицы
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая
			фрукт	Апельсин
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			соус	Соус сметанный
			гор.напиток	Компот из кураги
			итого	
1	1	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П		Отд./корп	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Картофель отварной в молоке
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
			фрукты	Котлета рыбная (горбуша)
			закуска	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами
			итого	
1	2	Обед	закуска	Салат из морковки с яблоками
			1 блюдо	Суп из овощей с фрикадельками мясными
			2 блюдо	Котлета из говядены
			гарнир	Рис припущенный
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			соус	Соус молочный натуральный
			напиток	Кисель из вишни

			итого	
1	2	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П			Отд./корп
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога с морковью
			гор.напиток	Чай зеленый
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
				Масло сливочное (порциями)
				Яйцо вареное
			итого	
1	3	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров и огурцов
			1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной
			2 блюдо	Курица запеченая
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая
			соус	Соус красный основной
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			гор.напиток	Компот из свежих яблок
			итого	
1	3	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П			Отд./корп
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
				Варенье
			итого	
1	4	Обед	закуска	Салат из свеклы с курогой и изюмом
			1 блюдо	Суп картофельный с клецками
			2 блюдо	Гуляш из говядины
			гарнир	Капуста тушеная
			сладкое	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			гор.напиток	Напиток из шиповник
			итого	
1	4	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П			Отд./корп

1	5	Завтрак	гор.блюдо	Макаронные изделия отварные
			гор.напиток	Чай с лимоном и сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
			2 блюдо	Котлета из курицы
			соус	Соус сметанный натуральный
			фрукты	Яблоко
			итого	
1	5	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты
			1 блюдо	Суп фасолевый
			2 блюдо	Рыба, Запеченная с сыром и луком
			гарнир	Картофельное пюре
			сладкое	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			напиток	Кисель из вишни
			итого	
1	5	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П	Отд./корп		
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная рисовая масло сливочное
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
				Сыр твердых сортов в нарезке
				Джем из абрикосов
			итого	
2	1	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров и огурцов
			1 блюдо	Суп гороховый
			2 блюдо	Биточек из курицы
			гарнир	Рагу из овощей
			напиток	Компот из смеси сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
2	1	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П	Отд./корп		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Картофель отварной в молоке
			гор.напиток	Чай с молоком и сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
			2 блюдо	Шницель из говядины
			фрукты	Апельсин

			итого	
2	2	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцы
			1 блюдо	Суп с рыбными консервами (горбуша)
			2 блюдо	Курица запеченая
			гарнир	Каша перловая рассыпчатая
			соус	Соус молочный натуральный
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			напиток	Компот из свежих яблок
			итого	
2	2	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П	Отд./корп		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный
			гор.напиток	Напиток из шиповника
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
			2 блюдо	Фрикадельки куриные
			фрукты	
			итого	
2	3	Обед	закуска	Салат из морковки с яблоком
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной
			2 блюдо	Рыба,припушенная в молоке (горбуша)
			гарнир	Макароны отварные с сыром
			сладкое	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			гор.напиток	Чай с лимоном и сахаром
			итого	
2	3	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П	Отд./корп		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
			2 блюдо	Котлета из курицы
			фрукты	Яблоко
			итого	
2	4	Обед	закуска	Салат из свеклы с черносливом
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой (с пшенкой)
			2 блюдо	Гуляш из говядины

			гарнир	Капуста тушеная
			сладкое	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			напиток	Напиток апельсиновый
			итого	
2	4	Итого за день:		
Школа	МБОУ "Бейская СОШИ им. Н.П			Отд./корп
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша Дружба
			гор.напиток	Чай зеленый
			хлеб	Хлеб пшеничный
			хлеб	Хлеб ржаной
				Масло сливочное (порциями)
				Яйцо вареное
			фрукты	Джем из абрикосов
			итого	
2	5	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты с морковью
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский с перловкой
			2 блюдо	Тефтели из говядины с рисом
			гарнир	Картофельное пюре
			сладкое	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			гор.напиток	Чай с сахаром
			итого	
2	5	Итого за день:		
		Среднее значение за период:		

Утвердил: должность

фамилия

дата

		2026
день	месяц	год

1-4 класс День

1

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
150	2.9	7.5	13.6	133.3	54-9г-2020	
200	0.6	0.2	15.1	65.4	54-13хн-2020	
30	2.3	0.2	14.8	70.3	пром	
25	1.7	0.3	8.4	42.7	пром	
20	0.5	0.8	0.9	12.5	54--2соус-2020	
90	16.4	15.7	14.8	265.7	54-6м-2020	
515	24.4	24.7	67,6	589,9		0
200	5,1	10,1	26,1	215,5	235	
90	17,2	3,9	12	151,8	54-23м-2020	
150	6,4	6,5	35,5	225,8	54-12г-2020	
100	0,9	0,2	8,1	37,8		
30	2,3	0,2	14,8	70,3		
20	1,3	0,2	6,7	34,2		
20	0,3	1,6	0,7	18,6	54-1соус-2020	
200	1	0,1	15,6	66,9	54-2хн-2020	
810	34,5	22,8	119,5	820,9		0
1325	58,9	47,5	187,1	1410,8		0
1-4 класс			День	2		
160	4,8	5,9	28,3	185,2	54-10г-2020	
200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн-2020	
25	1,9	0,2	12,3	58,6	Пром	
30	2	0,4	10	51,2	Пром	
90	15,8	5,9	7,7	147,3	54-2р-2020	
50	1,1	5,5	1,8	61,3	54-6з-2020	
555	29,5	20,8	71,3	589,6		0
60	0,5	6,1	4,3	74,3	54-11з-2020	
200	8,6	6,1	13,9	144,9	54-5с-2020	
90	16,4	15,7	14,8	265,7	54-4м-2020	
150	3,5	4,8	35	196,8	54-7г-2020	
20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	
10	0,7	0,1	3,3	17,1	Пром	
20	0,7	1,5	1,9	23,8	54-5соус-2020	
200	0,2	0	12,9	52,9	54-22хн-2020	

750	32,1	34,5	95,9	822,4		0
1305	61,6	55,3	167,2	1412		0
1-4 класс	День			3		
170	17,7	10,4	29,7	282,8	54-2т-2020	
200	0,2	0	0,1	1,1		
35	2,7	0,3	17,2	82	пром	
30	2	0,4	10	51,2	Пром	
15	0,1	10,9	0,2	99,1	53-19з-2020	
50	6	5,1	0,3	70,7	54-6о-2020	
500	28,7	27,1	57,5	586,9		0
60	0,6	3,1	1,8	37,5	54-5з-2020	
200	4,7	5,6	5,7	92,2	54-1с-2020	
90	13,3	17,8	0,1	214,1	712	
180	9,9	7,6	43,1	280,4	54-4г-2020	
20	0,7	0,5	1,8	14,1	54-3соус-2020	
40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	
30	2	0,4	10	51,2	Пром	
200	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн-2020	
820	34,4	35,4	92,1	824,9		0
1320	63,1	62,5	149,6	1411,8		0
1-4 класс	День			4		
200	8	8,8	42,5	281,4	54-14к-2020	
200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн-2020	
30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	
35	2,3	0,4	11,7	59,8	Пром	
50	0,2	0,1	37	149,1	Пром	
515	13	9,5	112,4	587,4		0
80	1,4	4,3	13,3	97,8	54-14з-2020	
250	5,8	4,1	14,2	117	54-8г-2020	
100	17	16,5	3,9	232,1	54-2м-2020	
150	3,6	4,5	14,6	113,5	54-8г-2020	
50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	
15	3	0,5	15	76,9	Пром	
200	0,6	0,2	15,1	65,4	54-13хн-2020	
845	35,2	30,5	100,7	819,9		0
1360	48,2	40	213,1	1407,3		0
1-4 класс	День			5		

150	6,5	5,7	29,2	194	753	
200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн-2020	
30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	
35	2,3	0,4	11,7	59,8	Пром	
90	17,2	3,9	12	151,8	54-5м-2020	
20	0,6	3,3	1,3	37,2	54-4соус-2020	
100	0,4	0,4	9,8	44,4	Пром	
625	29,5	14	85,4	585,4		0
80	2	8,1	8,3	114,4	54-7з-2020	
200	6,8	4,6	14,4	125,9	54-9е-2020	
100	16,1	11	2,9	175,2	54-12р-2020	
180	3,7	6,4	23,8	167,2	54-11г-2020	
50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	
50	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	
200	0,2	0	12,9	52,9	54-22хн-2020	
860	35,2	31	100,3	821,1		0
1485	64,7	45	185,7	1406,5		0
1-4 класс	День			6		
200	5,7	9,8	43,4	284,4	411	
200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн-2020	
35	2,7	0,3	17,2	82	Пром	
40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	
10	2,3	3	0	35,8	54-1з-2020	
10	0,1	0	7,2	29	Пром	
495	17,3	16,5	92,4	585,5		0
100	1	5,1	3,1	62,4	54-5з-2020	
250	8,2	3,5	18,7	138,7	54-25с-2020	
100	19,1	4,3	13,4	168,6	54-23м-2020	
190	3,6	9,5	17,3	168,9	54-9г-2020	
200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020	
50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	
50	3,3	0,6	16,7	85,4	Пром	
940	39,5	23,4	113,6	822,2		0
1435	56,8	39,9	206	1407,7		0
1-4 класс	День			7		
160	4,8	5,9	28,3	185,2	54-10г-2020	
200	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн-2020	
10	0,8	0,1	4,9	23,4	Пром	
10	0,7	0,1	3,3	17,1	Пром	
90	16,4	15,7	14,8	265,7	54-7м-2020	
100	0,9	0,2	8,1	37,8	Пром	

570	25,2	23,1	68	580,1		0
60	1,4	6,6	2,1	73,5	54-6з-2020	
200	7,9	3,8	12,4	115,7	54-12с-2020	
100	14,8	19,8	0,1	237,9	712	
150	4,4	5,3	30,5	187,1	54-5г-2020	
30	1,1	2,2	2,9	35,7	54-5соус-2020	
35	2,7	0,3	17,2	82	Пром	
30	2	0,4	10	51,2	Пром	
200	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн-2020	
805	34,5	38,5	85,1	824,7		0
1375	59,7	61,6	153,1	1404,8		0
1-4 класс	День			8		
160	13,5	19,2	3,5	240,5	54-1о-2020	
200	0,6	0,2	15,1	65,4	54-13хн-2020	
30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	
30	2	0,4	10	51,2	Пром	
90	16	8,2	5,2	158,6	738	
510	34,4	28,2	48,6	586		0
60	0,5	6,1	4,3	74,3	54-11з-2020	
230	5,4	6,5	11,7	127	54-2с-2020	
90	14,9	10,3	2,6	162,9	54-6р-2020	
170	9	7,7	32,5	235,4	54-3г-2020	
50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	
45	3	0,5	15	76,9	Пром	
200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн-2020	
845	36,8	31,6	97,3	821,6		0
1355	71,2	59,8	145,9	1407,6		0
1-4 класс	День			9		
150	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г-2020	
200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн-2020	
15	1,1	0,1	7,4	35,2	Пром	
20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	
90	17,2	3,9	12	151,8	54-5м-2020	
100	0,4	0,4	9,8	44,4	Пром	
575	32,1	13,8	83	585,3		0
120	1,7	6,5	15,5	127,5	54-18з-2020	
250	2,7	2,8	18,6	110,2	219	
90	15,3	14,9	3,5	208,9	54-2м-2020	

200	4,8	6	19,5	151,4	54-8т-2020	
50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	
40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	
200	0,2	0	8	33	54-33хн-2020	
950	31,1	31,1	103,1	816,5		0
1525	63,2	44,9	186,1	1401,8		0
1-4 класс	День			10		
170	4,2	5	20,4	143,6	54-16к-2020	
200	0,2	0	0,1	1,1		
30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	
30	2	0,4	10	51,2	Пром	
20	0,2	14,5	0,3	132,2	53-19з-2020	
50	6	5,1	0,3	70,7	54-6о-2020	
40	0,2	0	28,8	115,8	Пром	
540	15,1	25,2	74,7	584,9		0
100	1,6	10,1	9,6	135,9	54-8з-2020	
250	2,1	4,7	15,4	112,8	208	
90	13	13,2	7,3	199,7	54-16м-2020	
180	3,7	6,4	23,8	167,2	54-11г-2020	
45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром	
45	3	0,5	15	76,9	Пром	
200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн-2020	
910	27	35,3	99,6	824,8		0
1450	42,1	60,5	174,3	1409,7		0
1393,5	58,95	51,7	176,81	1408		#ДЕЛ/0!

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340242

Владелец Романцова Надежда Викторовна

Действителен с 03.12.2025 по 03.12.2026