

## МБОУ "Свердловская СОШ им. Героя Советского Союза Мякишева И.С."

Утверждаю: Директор МБОУ "Свердловская СОШ"

01 октября

Т.Е.Елисеева  
2025 год

## МЕНЮ

| № Т.к | Наименование блюд                       | Выход гр   | ЭЦ, ккал      | Сумма        |
|-------|-----------------------------------------|------------|---------------|--------------|
|       | <b>Обед 1-4 класс</b>                   |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>890</b> | <b>853,97</b> | <b>75,8</b>  |
| 148   | Свежие помидоры порционно               | 60         | 12            | 6,55         |
| 130   | Суп с макаронными изделиями со сметаной | 250        | 124,00        | 10,29        |
| 202   | Каша гречневая рассыпчатая              | 180        | 300,00        | 9,88         |
| 419   | Соус томатный                           | 30         | 15,70         | 3,33         |
| 372   | Котлета из мяса кур                     | 90         | 164,70        | 33,71        |
| 262   | Напиток из шиповника                    | 200        | 78,00         | 5,75         |
|       | Хлеб пшеничный витаминный               | 50         | 94,4          | 4,07         |
|       | Хлеб "Дарницкий"                        | 30         | 65,17         | 2,22         |
|       | <b>Обед 5-11 класс</b>                  |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>950</b> | <b>899,1</b>  | <b>84,65</b> |
| 148   | Свежие помидоры порционно               | 100        | 20            | 10,91        |
| 130   | Суп с макаронными изделиями со сметаной | 250        | 124,00        | 10,29        |
| 202   | Каша гречневая рассыпчатая              | 180        | 300,00        | 9,88         |
| 419   | Соус томатный                           | 30         | 15,70         | 3,33         |
| 372   | Котлета из мяса кур                     | 100        | 183,00        | 37,46        |
| 262   | Напиток из шиповника                    | 200        | 78,00         | 5,75         |
|       | Хлеб пшеничный витаминный               | 50         | 94,4          | 4,07         |
|       | Хлеб "Дарницкий"                        | 40         | 84            | 2,96         |
|       | <b>Обед род-пл 5-11 класс</b>           |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>880</b> | <b>835,04</b> | <b>74,91</b> |
| 148   | Свежие помидоры порционно               | 60         | 12            | 6,55         |
| 130   | Суп с макаронными изделиями со сметаной | 250        | 124,00        | 10,29        |
| 202   | Каша гречневая рассыпчатая              | 180        | 300,00        | 9,88         |
| 419   | Соус томатный                           | 30         | 15,70         | 3,33         |
| 372   | Котлета из мяса кур                     | 90         | 164,70        | 33,71        |
| 262   | Напиток из шиповника                    | 200        | 78,00         | 5,75         |
|       | Хлеб пшеничный витаминный               | 30         | 56,64         | 2,44         |
|       | Хлеб "Дарницкий"                        | 40         | 84            | 2,96         |
|       | <b>Полдник: ГПД</b>                     |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>430</b> | <b>274,64</b> | <b>16,57</b> |
| 5/4   | Каша манная молочная с маслом сливочным | 200        | 177           | 13,03        |
| 10/10 | Чай с сахаром                           | 200        | 41            | 1,10         |
| Смак  | Хлеб пшеничный витаминный               | 30         | 56,64         | 2,44         |
|       | <b>Завтрак спец (корр) 1-4 класс</b>    |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>595</b> | <b>528</b>    | <b>62,51</b> |
| 63    | Бутерброды с маслом сливочным и сыром   | 55         | 171,4         | 17,62        |
| 233   | Каша пшеничная молочная                 | 200        | 199,6         | 16,50        |
| 465   | Кофейный напиток с молоком              | 200        | 91            | 6,69         |
|       | Яблоко                                  | 140        | 66            | 21,70        |
|       | <b>Обед спец (корр) 1-4 класс</b>       |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>890</b> | <b>853,97</b> | <b>75,8</b>  |
| 148   | Свежие помидоры порционно               | 60         | 12            | 6,55         |
| 130   | Суп с макаронными изделиями со сметаной | 250        | 124,00        | 10,29        |
| 202   | Каша гречневая рассыпчатая              | 180        | 300,00        | 9,88         |
| 419   | Соус томатный                           | 30         | 15,70         | 3,33         |
| 372   | Котлета из мяса кур                     | 90         | 164,70        | 33,71        |
| 262   | Напиток из шиповника                    | 200        | 78,00         | 5,75         |
|       | Хлеб пшеничный витаминный               | 50         | 94,4          | 4,07         |
|       | Хлеб "Дарницкий"                        | 30         | 65,17         | 2,22         |
|       | <b>Завтрак спец (корр) 5-11 класс</b>   |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>595</b> | <b>528</b>    | <b>62,51</b> |
| 63    | Бутерброды с маслом сливочным и сыром   | 55         | 171,4         | 17,62        |
| 233   | Каша пшеничная молочная                 | 200        | 199,6         | 16,50        |
| 465   | Кофейный напиток с молоком              | 200        | 91            | 6,69         |
|       | Яблоко                                  | 140        | 66            | 21,70        |
|       | <b>Обед спец (корр) 5-11 класс</b>      |            |               |              |
|       | <b>Итого:</b>                           | <b>950</b> | <b>899,1</b>  | <b>84,65</b> |
| 148   | Свежие помидоры порционно               | 100        | 20            | 10,91        |
| 130   | Суп с макаронными изделиями со сметаной | 250        | 124,00        | 10,29        |
| 202   | Каша гречневая рассыпчатая              | 180        | 300,00        | 9,88         |
| 419   | Соус томатный                           | 30         | 15,70         | 3,33         |
| 372   | Котлета из мяса кур                     | 100        | 183,00        | 37,46        |
| 262   | Напиток из шиповника                    | 200        | 78,00         | 5,75         |
|       | Хлеб пшеничный витаминный               | 50         | 94,4          | 4,07         |
|       | Хлеб "Дарницкий"                        | 40         | 84            | 2,96         |

Шеф-повар

И.Н.Ильина