

Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 19 мая по 23 мая 2025г.

Понедельник

	Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
10 Масло сливочное (порциями)	0,08	7,25	0,13	66,1
150 Макароны изделия, запеченные с сыром	8,82	10,26	37,09	276,79
100 Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	48,0
200 Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
50 Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

71-09

Вторник

10 Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
150/5 Каша молочная рисовая (жидкая)	3,68	8,72	23,72	201,0
100 Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	48,0
200 Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50 Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

71-09

Среда

100 Говядина в кисло - сладком соусе	15,81	15,28	6,57	226,88
150/5 Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200/7 Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50 Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

71-09

Четверг

150/5 Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	5,55	10,46	23,97	213,0
1/100 Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	3,2	3,2	9,2	80,0
200 Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50 Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

71-09

Пятница

60/40 Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
150 Картофельное пюре	3,0	6,0	22,0	153,0
200/7 Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50 Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

71-09

Итого

355-45

Составил технолог ООО «МШКОП».

Лебедькова Е.М.

Повар

Меню для учащихся с 5 по 11 класс за счет родительских средств (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Меню с 19 мая по 23 мая 2025г.

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
10	Масло сливочное (порциями)	12-24	0,08	7,25	0,13	66,1
180	Макаронные изделия, запеченные с сыром	30-50	10,59	12,08	44,51	330,06
130	Фрукты свежие (яблоко) порционно	20-47	0,52	0,52	12,61	62,40
200	Чай с сахаром	2-61	0,2	0,05	15,0	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-41	4,0	0,5	27,5	130,0

69-23

Вторник

10	Сыр (порциями)	9-65	2,63	2,66	0,0	35,0
200/10	Каша молочная рисовая (жидкая)	26-94	5,68	7,95	34,05	229,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	15-75	0,40	0,40	10,0	48,0
200	Чай с сахаром	2-61	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	4-69	3,85	1,50	25,05	129,50

59-64

Среда

10	Сыр (порциями)	9-65	2,63	2,66	0,0	35,0
100	Говядина в кисло - сладком соусе	75-76	15,81	15,28	6,57	226,88
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10-68	10,44	6,48	54,00	316,56
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-13	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-41	4,0	0,5	27,5	130,0

104-63

Четверг

200/10	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	26-24	7,4	13,94	31,96	284,0
1/100	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	30-59	3,2	3,2	9,2	80,0
200	Чай с сахаром	2-61	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	4-69	3,85	1,50	25,05	129,50

64-13

Пятница

60/40	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	54-30	10,05	9,58	9,10	162,56
200	Картофельное пюре	47-03	4,4	6,81	29,47	197,39
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-13	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-41	4,0	0,5	27,5	130,0

109-87

Итого

407-50

Составил технолог ООО «МШКОП».

Лебедькова Е.М.

Повар

Меню для учащихся из многодетных семей и ТЖС(завтрак) с 5 по 11кл.

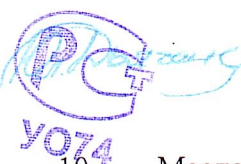
Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Меню с 19 мая по 23 мая 2025г.

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Бердуг А.В. Бердуг
16.05.2025

Понедельник



	Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (ккал)
10 Масло сливочное (порциями)	0,08	7,25	0,13	66,1
180 Макароны изделия, запеченные с сыром	10,59	12,08	44,51	330,06
100 Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	48,0
200 Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
40 Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

78-02

Вторник

10 Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
200/5 Каша молочная рисовая (жидкая)	5,54	7,76	33,23	223,54
100 Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	48,0
200 Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50 Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

78-02

Среда

10 Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
100 Говядина в кисло - сладком соусе	15,81	15,28	6,57	226,88
180/5 Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,00	316,56
200/7 Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40 Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

78-02

Четверг

200/5 Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	7,22	13,61	31,19	277,23
1/100 Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	3,2	3,2	9,2	80,0
200 Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50 Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

78-02

Пятница

60/40 Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
200 Картофельное пюре	4,4	6,81	29,47	197,39
200/7 Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40 Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

78-02

Итого

390-10

Составил технолог ООО «МШКОП».

Лебедева Е.М.

Повар

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и

СВО (завтрак и обед) с 5 по 11кл.

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»



Согласовано директор

МБОУ СОШ с.Ира

Беркут А.В. Беркут

10.05.2025

Меню с 19 мая по 23 мая 2025г.

Понедельник

Завтрак

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ(калл)
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,10	52,88
180	Макаронные изделия, запеченные с сыром	10,59	12,08	44,51	330,06
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

250/5	Рассольник домашний со сметаной	2,31	5,61	13,66	116,25
60/40	Тефтели из говядины с рисом и томатным соусом	8,76	12,21	8,85	180,64
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,0	316,56
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

168-04

Вторник

Завтрак

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
200/5	Каша молочная рисовая (жидкая)	5,54	7,76	33,23	223,54
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

250/5	Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной	13,00	12,00	9,26	210,50
180/30	Мясо духовое	19,56	21,80	18,39	273,42
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

168-04

Среда

Завтрак

80	Говядина в кисло - сладком соусе	12,64	12,24	5,25	181,50
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,00	316,56
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

250	Куллама по – деревенски на курином бульоне	15,0	8,75	16,25	202,50
180/40	Рагу овощное с мясом птицы	24,49	26,74	62,71	476,25
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

168-04

Четверг**Завтрак**

200/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	7,22	13,61	31,19	277,23
1/100	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	3,2	3,2	9,2	80,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

250	Суп картофельный с фасолью	2,1	5,2	12,0	103,0
80	Говядина тушеная в сметане	12,21	17,68	1,54	211,20
180	Макаронные изделия отварные	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,85	0,63	22,54	110,95

168-04**Пятница****Завтрак**

60/40	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
180	Картофельное пюре	3,6	7,2	26,40	183,60
200/7	Чай с лимоном и сахаром	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

250/5	Борщ Краснодарский со сметаной	3,0	5,37	12,62	94,25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами	8,29	4,59	4,28	91,59
180	Рис отварной	4,80	7,20	48,00	271,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,66	0,32	16,94	81,20
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,85	0,63	22,54	110,95

168-04**Всего****840-20**

Составил технолог ООО «МШКОП».

Повар.



Лебедькова.Е.М.

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и

СВО (завтрак и обед) с 1 по 4кл.

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 19 мая по 23 мая 2025г.

А.В. Бельвиев
16.05.2025



Понедельник Завтрак

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,10	52,88
150	Макаронные изделия, запеченные с сыром	8,82	10,26	37,09	276,79
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200/5	Рассольник домашний со сметаной	1,85	4,49	10,93	93,00
60/40	Тефтели из говядины с рисом и томатным соусом	8,76	12,21	8,85	180,64
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

150-82

Вторник Завтрак

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
150/5	Каша молочная рисовая (жидкая)	3,68	8,72	23,72	201,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200/5	Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной	8,03	9,25	23,28	211,80
150/25	Мясо духовое	15,84	17,66	14,90	221,53
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

150-82

Среда Завтрак

80	Говядина в кисло - сладком соусе	12,64	12,24	5,25	181,50
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200	Куллама по – деревенски на курином бульоне	12,0	7,0	13,0	162,0
150/30	Рагу овощное с мясом птицы	20,41	22,29	52,26	396,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

150-82

**Четверг
Завтрак**

150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	5,55	10,46	23,97	213,0
1/100	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	3,2	3,2	9,2	80,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200	Суп картофельный с фасолью	1,68	4,16	9,60	82,40
80	Говядина тушеная в сметане	12,21	17,68	1,54	211,20
150	Макаронные изделия отварные	5,82	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

150-82

**Пятница
Завтрак**

60/40	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
150	Картофельное пюре	3,0	6,0	22,0	153,0
200/7	Чай с лимоном и сахаром	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200/5	Борщ Краснодарский со сметаной	2,40	4,30	10,10	75,40
80	Рыба, тушеная в томате с овощами	8,29	4,59	4,28	91,59
150	Рис отварной	4,0	6,00	40,00	226,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

150-82

Всего

754-10

Составил технолог ООО «МШКОП».
Повар.

 **Лебедева.Е.М.**