

# Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Березина А.В. Березина

Меню с 19 февраля по 22 февраля 2024г. 16.02.2024  
Понедельник



|       |                                                               | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-------|---------------------------------------------------------------|---------------|----------|--------------|-----------|
| 10    | Сыр (порциями)                                                | 2,63          | 2,66     | 0,0          | 35        |
| 60/40 | Котлеты мясные с томатным соусом                              | 9,87          | 11,8     | 8,34         | 178,98    |
| 150   | Макаронные изделия отварные                                   | 5,82          | 4,31     | 37,08        | 210,50    |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,2           | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 50    | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского питания | 4,0           | 0,5      | 27,50        | 130,0     |

69-57

## Вторник

|       |                                                     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно                    | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 150/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная<br>вязкая с маслом | 6,27 | 8,07 | 28,48 | 212,17 |
| 8     | Масло сливочное (порциями)                          | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 200   | Чай с сахаром                                       | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 50    | Батон нарезной 1 сорта для детского<br>питания      | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

69-57

## Среда

|       |                                                               |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 50/50 | Птица, тушеная в сметанном соусе                              | 11,10 | 10,20 | 9,60  | 174,80 |
| 150   | Рис отварной                                                  | 4,0   | 6,0   | 40,0  | 226,0  |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 50    | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского питания | 4,0   | 0,5   | 27,5  | 130,0  |

69-57

## Четверг

|        |                                                |      |      |       |        |
|--------|------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 130/20 | Запеканка из творога со сгущенным<br>молоком   | 30,0 | 8,0  | 33,0  | 330,0  |
| 200/7  | Чай с сахаром и лимоном                        | 0,26 | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно               | 0,4  | 0,4  | 10,0  | 47,0   |
| 50     | Батон нарезной 1 сорта для детского<br>питания | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

69-57

Итого

278-28

Составил технолог ООО «МШКОП».

Повар.

Лебедькова Е.М.

**Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды  
(завтрак и обед) с 1 по 4кл.**

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

  
0074

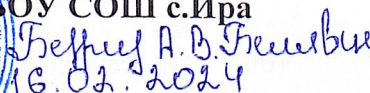
**Меню с 19 февраля по 22 февраля 2024г**

**Понедельник**

**Завтрак**



Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

  
16.02.2024

|       |                                                               | Белки(г) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|-------|---------------------------------------------------------------|----------|----------|------------------|--------------|
| 10    | Сыр (порциями)                                                | 2,63     | 2,66     | 0,0              | 35           |
| 60/40 | Котлеты мясные с томатным соусом                              | 9,87     | 11,8     | 8,34             | 178,98       |
| 150   | Макаронные изделия отварные                                   | 5,82     | 4,31     | 37,08            | 210,50       |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,2      | 0,05     | 15,01            | 57,0         |
| 40    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 3,2      | 0,4      | 22,0             | 104,0        |

**Обед**

|       |                                                               |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200/5 | Щи из свежей капусты со сметаной                              | 2,0   | 5,0   | 8,0   | 86,00  |
| 45/45 | Гуляш из мяса говядины                                        | 13,78 | 15,03 | 3,18  | 203,03 |
| 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 обогащенный витаминами<br>для детского питания | 3,30  | 0,54  | 19,32 | 95,10  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                     | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**Итого**

**147-59**

**Вторник**

**Завтрак**

|       |                                                     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно                    | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 150/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с<br>маслом | 6,27 | 8,07 | 28,48 | 212,17 |
| 8     | Масло сливочное (порциями)                          | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 200   | Чай с сахаром                                       | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 40    | Батон нарезной 1 сорта для детского питания         | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|       |                                                               |       |      |       |        |
|-------|---------------------------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 200/5 | Борщ с фасолью и картофелем со сметаной                       | 2,80  | 4,09 | 11,30 | 102,20 |
| 60/40 | Котлеты из птицы с томатным соусом                            | 10,05 | 9,58 | 9,10  | 162,56 |
| 150   | Картофельное пюре                                             | 3,0   | 6,0  | 22,0  | 153,0  |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,2   | 0,05 | 15,0  | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 3,30  | 0,54 | 19,32 | 95,10  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                     | 2,28  | 0,27 | 14,53 | 69,60  |

**Итого**

**147-59**

**Среда**

**Завтрак**

|       |                                                               |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 50/50 | Птица, тушенная в сметанном соусе                             | 11,10 | 10,20 | 9,60  | 174,80 |
| 150   | Рис отварной                                                  | 4,0   | 6,0   | 40,0  | 226,0  |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 50    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 4,0   | 0,5   | 27,5  | 130,0  |

**Обед**

|        |                                                               |       |       |       |        |
|--------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200    | Суп картофельный с горохом                                    | 4,38  | 3,80  | 15,79 | 117,0  |
| 150/30 | Азу с картофелем                                              | 16,75 | 22,06 | 13,06 | 337,71 |
| 200    | Чай с сахаром                                                 | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 3,30  | 0,54  | 19,32 | 95,10  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                     | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**Итого**

**147-59**



**Четверг  
Завтрак**

|        |                                             |      |      |       |        |
|--------|---------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 130/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком   | 30,0 | 8,0  | 33,0  | 330,0  |
| 200/7  | Чай с сахаром и лимоном                     | 0,26 | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно            | 0,4  | 0,4  | 10,0  | 47,0   |
| 50     | Батон нарезной 1 сорта для детского питания | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

**Обед**

|        |                                                               |       |       |       |        |
|--------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200    | Куллама по-деревенски на курином бульоне                      | 12,0  | 7,0   | 13,0  | 162,0  |
| 150/40 | Капуста тушеная с мясом птицы                                 | 14,55 | 18,77 | 10,47 | 224,38 |
| 200    | Чай с сахаром                                                 | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 3,30  | 0,54  | 19,32 | 95,10  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                     | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**147-59**

**Всего**

**590-36**

**Согласовано:**

**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»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Безрукова А.В. Безрукова

Меню с 19 февраля по 22 февраля 2024г. 16.02.2024

**Понедельник**

|                                 |                                  |       | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|---------------------------------|----------------------------------|-------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 20                              | Сыр (порциями)                   | 18-03 | 4,64      | 5,9      | 0,0          | 72,80     |
| 60/40                           | Котлеты мясные с томатным соусом | 61-59 | 9,87      | 11,80    | 8,34         | 178,98    |
| 180                             | Макаронные изделия отварные      | 10-40 | 6,98      | 5,17     | 44,50        | 252,60    |
| 200                             | Чай с сахаром                    | 2-16  | 0,20      | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 50                              | Хлеб пшеничный обогащенный       | 3-30  | 4,0       | 0,5      | 27,5         | 130,0     |
| витаминами для детского питания |                                  |       |           |          |              |           |

95-48

**Вторник**

|         |                                     |       |      |       |       |        |
|---------|-------------------------------------|-------|------|-------|-------|--------|
| 130     | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 16-57 | 0,52 | 0,52  | 12,74 | 61,10  |
| 200/10  | Каша овсяная «Геркулес» молочная    | 21-98 | 8,36 | 10,76 | 37,97 | 282,89 |
|         | вязкая с маслом                     |       |      |       |       |        |
| 10      | Масло сливочное (порциями)          | 8-84  | 0,05 | 8,25  | 0,08  | 75,0   |
| 200     | Чай с сахаром                       | 2-16  | 0,2  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 50      | Батон нарезной 1 сорта для детского | 4-53  | 3,85 | 1,50  | 25,05 | 129,50 |
| питания |                                     |       |      |       |       |        |

54-08

**Среда**

|                                 |                                  |       |       |       |       |        |
|---------------------------------|----------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 60/50                           | Птица, тушеная в сметанном соусе | 51-70 | 13,32 | 12,24 | 11,52 | 209,76 |
| 200                             | Рис отварной                     | 18-64 | 5,33  | 8,0   | 53,33 | 301,11 |
| 200                             | Чай с сахаром                    | 2-16  | 0,20  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 50                              | Хлеб пшеничный обогащенный       | 3-30  | 4,0   | 0,50  | 27,50 | 130,0  |
| витаминами для детского питания |                                  |       |       |       |       |        |

75-80

**Четверг**

|         |                                     |       |       |      |       |        |
|---------|-------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|
| 150/20  | Запеканка из творога со сгущенным   | 97-42 | 34,61 | 9,20 | 38,07 | 380,76 |
|         | молоком                             |       |       |      |       |        |
| 200/7   | Чай с лимоном и сахаром             | 4-00  | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,00  |
| 130     | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 16-57 | 0,52  | 0,52 | 14,0  | 61,0   |
| 50      | Батон нарезной 1 сорта для детского | 4-53  | 3,85  | 1,50 | 25,05 | 129,50 |
| питания |                                     |       |       |      |       |        |

122-52

**Итого**

**347-88**

Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

Лебедькова.Е.М.



**Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды  
(завтрак и обед) с 5 по 11 кл.**

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

**Меню с 19 февраля по 22 февраля 2024г.**

**Понедельник**

**Завтрак**



*Исх. № 16.02.2024*  
*Исх. № 16.02.2024*

|       |                                                               | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|-------|---------------------------------------------------------------|-----------|----------|------------------|--------------|
| 10    | Сыр (порциями)                                                | 2,63      | 2,66     | 0,0              | 35           |
| 60/40 | Котлеты мясные с томатным соусом                              | 9,87      | 11,80    | 8,34             | 178,98       |
| 180   | Макаронные изделия отварные                                   | 6,98      | 5,17     | 44,50            | 252,60       |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,20      | 0,05     | 15,01            | 57,0         |
| 40    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 3,2       | 0,4      | 22,0             | 104,0        |

**Обед**

|       |                                         |       |       |       |        |
|-------|-----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/5 | Щи со свежей капустой со сметаной       | 1,93  | 5,11  | 8,93  | 90,34  |
| 45/45 | Гуляш из мяса говядины                  | 13,78 | 15,03 | 3,18  | 203,03 |
| 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 обогащенный витаминами   | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,1   |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | 2,28  | 0,27  | 14,52 | 69,6   |

**Итого**

**164-46**

**Вторник**

**Завтрак**

|       |                                                     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно                    | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 200/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с<br>маслом | 8,16 | 10,5 | 37,0  | 276,15 |
| 10    | Масло сливочное (порциями)                          | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,0   |
| 200   | Чай с сахаром                                       | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 50    | Батон нарезной 1 сорта для детского питания         | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

**Обед**

|       |                                         |       |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 250/5 | Борщ с фасолью и картофелем со сметаной | 3,50  | 5,10 | 14,10 | 127,70 |
| 60/40 | Котлеты из птицы с томатным соусом      | 10,05 | 9,58 | 9,10  | 162,56 |
| 180   | Картофельное пюре                       | 3,95  | 6,09 | 26,50 | 177,19 |
| 200   | Чай с сахаром                           | 0,2   | 0,05 | 15,0  | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами   | 3,3   | 0,54 | 19,32 | 95,1   |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | 2,28  | 0,27 | 14,52 | 69,6   |

**Итого**

**164-46**

**Среда  
Завтрак**

|       |                                                               |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 50/50 | Птица, тушеная в сметанном соусе                              | 11,10 | 10,20 | 9,60  | 174,80 |
| 180   | Рис отварной                                                  | 4,80  | 7,20  | 48,0  | 271,0  |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,20  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 50    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 4,0   | 0,50  | 27,50 | 130,0  |

**Обед**

|        |                                         |       |       |       |        |
|--------|-----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250    | Суп картофельный с горохом              | 5,47  | 4,75  | 15,79 | 146,20 |
| 180/40 | Азу с картофелем                        | 20,10 | 26,47 | 15,67 | 405,25 |
| 200    | Чай с сахаром                           | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами   | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,1   |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | 2,28  | 0,27  | 14,52 | 69,6   |

**Итого**

**164-46**

**Четверг  
Завтрак**

|        |                                             |       |      |       |        |
|--------|---------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 150/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком   | 34,61 | 9,20 | 38,07 | 380,76 |
| 200/7  | Чай с лимоном и сахаром                     | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,00  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно            | 0,4   | 0,4  | 9,8   | 48,0   |
| 40     | Батон нарезной 1 сорта для детского питания | 3,08  | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|        |                                          |       |       |       |        |
|--------|------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250    | Куллама по-деревенски на курином бульоне | 15,00 | 8,75  | 16,25 | 202,50 |
| 180/40 | Капуста тушеная с мясом птицы            | 17,46 | 16,52 | 8,72  | 268,80 |
| 200    | Чай с сахаром                            | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами    | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,1   |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный  | 2,28  | 0,27  | 14,52 | 69,6   |

**164-46**

**Всего**

**657-84**

**Составил технолог ООО «МШКОП».**



**Лебедькова.Е.М.**

**Повар.**





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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Ирина А.В. Белявцева  
16.02.2024

Меню с 19 февраля по 22 февраля 2024г.

**Понедельник**

|       |                                                               | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-------|---------------------------------------------------------------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 10    | Сыр (порциями)                                                | 2,63      | 2,66     | 0,0          | 35        |
| 60/40 | Котлеты мясные с томатным соусом                              | 9,87      | 11,80    | 8,34         | 178,98    |
| 180   | Макаронные изделия отварные                                   | 6,98      | 5,17     | 44,50        | 252,60    |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,20      | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 40    | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского питания | 4,4       | 0,72     | 25,76        | 126,80    |

76-36

**Вторник**

|       |                                                     |      |       |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно                    | 0,4  | 0,4   | 9,8   | 48     |
| 200/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная<br>вязкая с маслом | 8,36 | 10,76 | 37,97 | 282,89 |
| 10    | Масло сливочное (порциями)                          | 0,05 | 8,25  | 0,08  | 75,0   |
| 200   | Чай с сахаром                                       | 0,2  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 40    | Батон нарезной 1 сорта для детского<br>питания      | 3,08 | 1,20  | 20,04 | 103,60 |

76-36

**Среда**

|       |                                                               |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 50/50 | Птица, тушенная в сметанном соусе                             | 11,10 | 10,20 | 9,60  | 174,80 |
| 180   | Рис отварной                                                  | 4,80  | 7,20  | 48,0  | 271,0  |
| 200   | Чай с сахаром                                                 | 0,20  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 40    | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами для детского питания | 4,4   | 0,72  | 25,76 | 126,80 |

76-36

**Четверг**

|        |                                                |       |      |       |        |
|--------|------------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 150/20 | Запеканка из творога со сгущенным<br>молоком   | 34,61 | 9,20 | 38,07 | 380,76 |
| 200/7  | Чай с лимоном и сахаром                        | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,00  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно               | 0,4   | 0,4  | 9,8   | 48     |
| 45     | Батон нарезной 1 сорта для детского<br>питания | 3,45  | 1,35 | 22,54 | 116,55 |

76-36

**Итого**

**305-44**

Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

Лебедькова.Е.М.