



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
 Измайлова Т. В./

**Меню школьных завтраков и обедов  
 Для учащихся 1-4 классов  
 на 2023-2024 учебный год  
 МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
 04.12.23**

**Понедельник 1-я неделя**

**Классы 1-4**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	блюда из круп	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200/10	<b>29,03</b>	252,6	5,7	6,8	41,7
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	холодные блюда	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	<b>10,56</b>	75	0,1	8,3	0,1
	холодные блюда	15	Сыр "Российский" (порциями)	15	<b>7,80</b>	54,5	3,5	4,5	0,005
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
			Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	<b>20,67</b>	252,6	5,7	6,8	41,7
<b>ИТОГО</b>				<b>685</b>	<b>82,5</b>	<b>951,1</b>	<b>23,75</b>	<b>29,05</b>	<b>143,555</b>
Обед	холодные блюда	70	Овощи соленые (помидоры)	60	<b>7,20</b>	1,32	0,06	0,012	0,3
	супы	102	Суп картофельный с бобовыми	250	<b>4,95</b>	140,7	5,6	5,4	17,5
	гор.блюдо	268	Биточки из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/9	<b>43,36</b>	344	16,5	24,2	14,3
	гарниры	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	<b>7,90</b>	245,4	6,6	4,3	47,3
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	<b>4,65</b>	77,4	0,064		19,4
	<b>ИТОГО</b>				<b>1 039</b>	<b>82,5</b>	<b>1 125,22</b>	<b>37,574</b>	<b>36,562</b>
<b>ИТОГО за день</b>				<b>1 724</b>	<b>165</b>	<b>2 076,32</b>	<b>61,324</b>	<b>65,612</b>	<b>302,405</b>

ИП Замулина Т.А.  
 Повар-бригадир  
 Экономист по  
 ценам



Панкратов А.С.  
 Байдикова Г. А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
Измайлова Т. В./

**Меню школьных завтраков и обедов  
Для учащихся 1-4 классов  
на 2023-2024 учебный год  
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
05.12.23**

**Вторник 1-я неделя**

**Классы 1-4**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		210	Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	135/13	<b>37,64</b>	285,8	13,8	24,5	2,6
			Икра кабачковая консервированная	80	<b>12,55</b>	36,1	1,3	1	6,4
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	холодные блюда	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	<b>7,80</b>	75	0,1	8,3	0,1
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
	напитки		Кофейный напиток с молоком	180	<b>10,07</b>	103,5	3,1	2,4	17,2
			379		668	<b>82,5</b>	816,8	27,05	38,85
<b>ИТОГО</b>									
Обед	холодные блюда	70	Овощи соленые (огурцы)	60	<b>7,20</b>	9,727	0,497	0,071	2,627
	супы	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	<b>10,50</b>	124,274	2,814	5,208	15,272
	гор.блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/9	<b>32,84</b>	146	17,1	8,2	0,9
	гарниры	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	<b>11,40</b>	183,7	3,7	5,1	32,7
	напитки	388	Напиток из плодов шиповника	200	<b>6,12</b>	103	0,7	0,3	24,4
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
<b>ИТОГО</b>				1 049	<b>82,5</b>	883,101	33,561	21,529	135,949
<b>ИТОГО за день</b>				1 717	<b>165</b>	1 699,901	60,611	60,379	222,299

ИП Замулина Т.А.  
Повар-бригадир  
Экономист по  
ценам



Панкратов А.С.  
Байдикова Г. А.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
 Измайлова Т. В./

Меню школьных завтраков и обедов  
 Для учащихся 1-4 классов  
 на 2023-2024 учебный год  
 МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
 06.12.23

Среда 1-я неделя

Классы 1- 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	блюда из мак.изд	204	Макароны отварные с сыром	197/8/32	<b>33,87</b>	165,4	4,6	7,7	23,2
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	холодные блюда	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	<b>7,80</b>	75	0,1	8,3	0,1
			Биоогурт фруктовый в индивидуальной упаковке	125	<b>26,40</b>		4,4	3	6,5
	Сладкие блюда	350	Кисель из плодов или ягод свежих (свежемороженых)	200	<b>8,99</b>	110,2	0,1		26,9
<b>ИТОГО</b>				672	<b>82,5</b>	596,5	17,45	21,15	102,15
Обед	холодные блюда	70	Овощи соленые (помидоры)	60	<b>7,20</b>	1,32	0,06	0,012	0,3
	супы	101	Суп картофельный с крупой рисовой	250	<b>5,14</b>	85,2	1,7	2,7	13,3
	гарниры	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	<b>12,65</b>	290,2	8,3	6,7	48,5
	гор.блюдо	268, 331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	90/50	<b>38,42</b>	343,9	16,5	24,2	14,3
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	<b>4,65</b>	77,4	0,064		19,4
	<b>ИТОГО</b>				1 080	<b>82,5</b>	1 114,42	35,374	36,262
<b>ИТОГО за день</b>				1 752	<b>165</b>	1 710,92	52,824	57,412	258

ИП Замулина Т.А.  
 Повар-бригадир  
 Экономист по  
 ценам



Панкратов А.С.

Байдикова Г. А.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
 Измайлова Т. В./

Меню школьных завтраков и обедов  
 Для учащихся 1-4 классов  
 на 2023-2024 учебный год  
 МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
 07.12.23

Классы 1- 4

Четверг 1-я неделя

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	блюда из творога	224	Запеканка из творога с морковью и со сгущенным молоком	200/80	<b>38,71</b>	117,8	5,2	5,9	10
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	холодные блюда	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72.5% (порциями)	10	<b>7,80</b>	75	0,1	8,3	0,1
	холодные блюда	15	Сыр "Российский" (порциями)	15	<b>10,56</b>	54,5	3,5	4,5	0,005
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
	напитки	382	Какао с молоком	200	<b>10,99</b>	134	2,9	2,5	24,8
<b>ИТОГО</b>				755	<b>82,5</b>	697,7	20,45	23,85	94,955
Обед	холодные блюда	70	Овощи соленые (огурцы)	60	<b>7,20</b>	9,727	0,497	0,071	2,627
	супы	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	<b>7,14</b>	83,2	2	6,1	7
	гор.блюдо	291	Плов из мяса птицы	90/270	<b>49,07</b>	433,5	25,4	26	24,2
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	<b>2,72</b>	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	<b>2,72</b>	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	180	<b>4,65</b>	77,4	0,064		19,4
<b>ИТОГО</b>				1 100	<b>82,5</b>	920,227	36,711	34,821	113,277
<b>ИТОГО за день</b>				1 855	<b>165</b>	1 617,927	57,161	58,671	208,232

ИП Замулина Т.А.  
 Повар-бригадир  
 Экономист по  
 ценам



Панкратов А.С.  
 Байдикова Г. А.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
Измайлова Т. В./

Меню школьных завтраков и обедов  
Для учащихся 1-4 классов  
на 2023-2024 учебный год  
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
08.12.23

Пятница 1-я неделя

Классы 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	холодные блюда	70	Овощи соленые (огурцы)	60	7,20	9,727	0,497	0,071	2,627
	гор.блюдо	289	Рагу из птицы	90/270	49,62	320,6	20,6	16,5	23,1
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	2,72	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	2,72	129	4,3	1,65	21,25
	холодные блюда	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72.5% (порциями)	10	7,80	75	0,1	8,3	0,1
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	9,00	70,5	0,5	0,5	14,6
	напитки	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,44	62	0,013	0,002	15,2
ИТОГО				902	82,5	783,727	29,96	27,523	101,077
Обед	холодные блюда	70	Овощи соленые (помидоры)	60	7,20	1,32	0,06	0,012	0,3
	супы	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	4,54	117	3,9	2,8	19
	гор.блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72.5%	90/5	38,77	224	11,6	13,5	13,8
	гарниры	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72.5%	180	11,43	191,4	3,9	11,5	22,7
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50	2,72	116,9	3,95	0,5	24,2
	Хлеб		Хлеб ржаной	50	2,72	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	9,00	70,5	0,5	0,5	14,6
	напитки	388	Напиток из плодов шиповника	200	6,12	103	0,7	0,3	24,4
ИТОГО				1 035	82,5	953,12	28,91	30,762	140,25
ИТОГО за день				1 937	165	1 736,847	58,87	58,285	241,327

ИП Замулина Т.А.  
Повар-бригадир  
Экономист по  
ценам



Панкратов А.С.  
Байдикова Г. А.