

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

16.10.23

Понедельник 2-я неделя

Классы 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	блюда из круп	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200/10	29,03	210,3	6,6	9,7	24,4
	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
	холодные блюда	15	Сыр "Российский" (порциями)	15	10,56	54,5	3,5	4,5	0,005
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	9,00	70,5	0,5	0,5	14,6
			Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	20,67	252,6	5,7	6,8	41,7
ИТОГО				685	82,5	908,8	24,65	31,95	126,255
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	7,20	9,727	0,497	0,071	2,627
	супы	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	10,90	91	3	4,2	10,2
	гор.блюдо	278,331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	90/70	32,66	301,6	12,8	14,3	16,8
	гарниры	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	12,65	290,2	8,3	6,7	48,5
	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
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,65	77,4	0,064		19,4
ИТОГО				1 110	82,5	1 086,327	33,411	27,921	157,577
ИТОГО за день				1 795	165	1 995,127	58,061	59,871	283,832



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

17.10.23

Вторник 2-я неделя

Классы 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	237	Зразы рыбные рубленые (минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72.5%	90/7	30,91	237	12,1	16,2	13,4
	блюда из овощей	143	Рагу из овощей	180	25,30	202	2,5	15,7	0,5
	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	7,20	9,727	0,497	0,071	2,627
	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
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	180	4,65	77,4	0,064		19,4
	ИТОГО				767	82,5	842,527	23,911	34,621
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	7,20	1,32	0,06	0,012	0,3
	супы	96	Рассольник Ленинградский	250	7,47	122,4	2,3	5,3	16,4
		239,331	Тефтели рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	90/50	35,19	244	13	12,9	18,8
	гарниры	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72.5%	180	11,43	191,4	3,9	11,5	22,7
	напитки	388	Напиток из плодов шиповника	200	6,77	103	0,7	0,3	24,4
	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
ИТОГО				1 080	82,5	978,52	28,71	32,662	142,65
ИТОГО за день				1 847	165	1 821,047	52,621	67,283	238,627

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
18.10.23

Среда 2-я неделя

Классы 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	31,87	222	27,3	25,4	69,3
	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
			Биоогурт фруктовый в индивидуальной упаковке	125	26,40		4,4	3	6,5
	напитки	382	Какао с молоком	200	10,99	134	2,9	2,5	24,8
ИТОГО				715	82,5	676,9	42,95	41,35	146,15
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	7,20	9,727	0,497	0,071	2,627
	супы	102	Суп картофельный с бобовыми	250	4,95	140,7	5,6	5,4	17,5
	гор.блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	43,36	236,5	12,9	16,1	10,4
	гарниры	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	7,90	245,4	6,6	4,3	47,3
	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
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,65	77,4	0,064		19,4
	ИТОГО				1 039	82,5	1 026,127	34,411	28,521
ИТОГО за день				1 754	165	1 703,027	77,361	69,871	303,427

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



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

19.10.23

Четверг 2-я неделя

Классы 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	7,20	9,727	0,497	0,071	2,627
	гор.блюдо	295,311	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с	90/50	36,97	241,7	14	18,4	15,7
	гарниры	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	12,65	290,2	8,3	6,7	48,5
	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				862	82,5	995,027	31,66	36,123	142,177
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	7,20	1,32	0,06	0,012	0,3
	супы	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	10,50	124,274	2,814	5,208	15,272
		274,331	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	90/70	32,84	224	11,6	13,5	13,8
	гарниры	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	11,40	183,7	3,7	5,1	32,7
	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				1 110	82,5	952,694	27,624	26,77	146,522
ИТОГО за день				1 972	165	1 947,721	59,284	62,893	288,699

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



Панкратов А. С.

Байдикова Г. А.



Меню школьных завтраков и обедов

Для учащихся 1-4 классов

на 2023-2024 учебный год

МБОУ СОШ № 43 г. Ставрополь

20.10.23

Пятница 2-я неделя

Классы 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		208	Лапшевник с творогом и масом сливочным "Крестьянским" 72,5% и пивлом яблочным	200/7/80	38,76	388,6	17,7	17,3	40,3	
	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	
	холодные блюда	15	Сыр "Российский" (порциями)	15	10,56	54,5	3,5	4,5	0,005	
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	9,00	70,5	0,5	0,5	14,6	
	напитки	379	Кофейный напиток с молоком	200	10,94	103,5	3,1	2,4	17,2	
ИТОГО				762	82,5	938	33,15	35,15	117,655	
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	7,20	9,727	0,497	0,071	2,627	
	супы	108	Суп картофельный с клецками	250	7,68	144,25	3,56	4,6	18,8	
	гор.блюдо	268	Биточки из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/9	39,81	344	16,5	24,2	14,3	
	гарниры	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	8,72	290,2	8,3	6,7	48,5	
	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	
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,65	77,4	0,064		19,4	
	ИТОГО				1 039	82,5	1 181,977	37,671	38,221	163,677
	ИТОГО за день				1 801	165	2 119,977	70,821	73,371	281,332

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



Панкратов А. С.

Байдикова Г. А.