

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

20.11.23

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	71	Овощи натуральные свежие (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>158,85</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

21.11.23

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	379	Кофейный напиток с молоком	180	<b>10,07</b>	103,5	3,1	2,4	17,2
<b>ИТОГО</b>				<b>668</b>	<b>82,5</b>	<b>816,8</b>	<b>27,05</b>	<b>38,85</b>	<b>86,35</b>
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (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>				<b>1 049</b>	<b>82,5</b>	<b>883,101</b>	<b>33,561</b>	<b>21,529</b>	<b>135,949</b>
<b>ИТОГО за день</b>				<b>1 717</b>	<b>165</b>	<b>1 699,901</b>	<b>60,611</b>	<b>60,379</b>	<b>222,299</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  
 22.11.23

Классы 1-4

Среда 1-я неделя

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 (свежемороженных)	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	71	Овощи натуральные свежие (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	155,85
<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.



## Меню школьных завтраков и обедов

Для учащихся 1-4 классов

на 2023-2024 учебный год

МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь

23.11.23

Четверг 1-я неделя

Классы 1-4

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	71	Овощи натуральные свежие (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

24.11.23

Классы 1-4

Пятница 1-я неделя

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	<b>7,20</b>	9,727	0,497	0,071	2,627
	гор.блюдо	289	Рагу из птицы	90/270	<b>49,62</b>	320,6	20,6	16,5	23,1
	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	377	Чай с лимоном	200/15/7	<b>3,44</b>	62	0,013	0,002	15,2	
<b>ИТОГО</b>				<b>902</b>	<b>82,5</b>	<b>783,727</b>	<b>29,96</b>	<b>27,523</b>	<b>101,077</b>
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	<b>7,20</b>	1,32	0,06	0,012	0,3
	супы	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	<b>4,54</b>	117	3,9	2,8	19
	гор.блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/5	<b>38,77</b>	224	11,6	13,5	13,8
	гарниры	312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	<b>11,43</b>	191,4	3,9	11,5	22,7
	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
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	<b>9,00</b>	70,5	0,5	0,5	14,6
	напитки	388	Напиток из плодов шиповника	200	<b>6,12</b>	103	0,7	0,3	24,4
<b>ИТОГО</b>				<b>1 035</b>	<b>82,5</b>	<b>953,12</b>	<b>28,91</b>	<b>30,762</b>	<b>140,25</b>
<b>ИТОГО за день</b>				<b>1 937</b>	<b>165</b>	<b>1 736,847</b>	<b>58,87</b>	<b>58,285</b>	<b>241,327</b>

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



Панкратов А.С.

Байдикова Г. А.