



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

Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО
на 2023-2024 учебный год
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
02.10.23

Классы 5-11 СВО

Понедельник 2-я неделя

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%	220/10	35,19	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				705	88,66	908,8	24,65	31,95	126,255
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,50	12,16	0,5	0,063	1,06
	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	100/80	33,66	301,6	12,8	14,3	16,8
	гарниры	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	13,51	336	10	11,5	47,8
	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				1 190	88,66	1 134,56	35,114	32,713	155,31
ИТОГО за день				1 895	177,32	2 043,36	59,764	64,663	281,565



ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам
 ответственная за
 питание
 социальный
 педагог

Панкратов А. С.

Байдикова Г. А.

Слинько В.В



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО
на 2023-2024 учебный год
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
03.10.23

Классы 5-11 СВО

Вторник 2-я неделя

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,50	12,16	0,5	0,063	1,06
	гор.блюдо	237	Зразы рыбные рубленые (минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72.5%	100/8	32,77	237	12,1	16,2	13,4
	блюда из овощей	143	Рагу из овощей	180	25,30	202	2,5	15,7	0,5
	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				838	88,66	844,96	23,914	34,613	94,41
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,50	12,16	0,5	0,063	1,06
	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	100/60	35,78	244	13	12,9	18,8
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72.5%	200	12,70	230,47	4,13	12,2	24
	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	6,77	103	0,7	0,3	24,4
ИТОГО				1 160	88,66	1 028,43	29,38	33,413	144,71
ИТОГО за день				1 998	177,32	1 873,39	53,294	68,026	239,12

ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам
 ответственная за
 питание
 социальный
 педагог



Панкратов А. С.

Байдикова Г. А.

Слинько В.В



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО
на 2023-2024 учебный год
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
04.10.23

Классы 5-11 СВО

Среда 2-я неделя

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	220/80	38,03	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				735	88,66	676,9	42,95	41,35	146,15
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,55	12,16	0,5	0,063	1,06
	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 "Крестьянским" 72,5%	100/10	44,27	241,7	14,1	18,4	15,7
	гарниры	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	8,80	246,6	6,9	7,3	25,25
	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	88,66	1 034,96	35,914	33,813	138,96
ИТОГО за день				1 845	177,32	1 711,86	78,864	75,163	285,11



ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам
 ответственная за
 питание
 социальный
 педагог

Панкратов А. С.
 Байдикова Г. А.
 Слинько В.В



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО
на 2023-2024 учебный год

МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь

05.10.23

Классы 5-11 СВО

Четверг 2-я неделя

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена с наценкой	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,50	12,16	0,5	0,063	1,06
	гор.блюдо	295,331	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом сметанным с	100/60	37,97	241,7	14	18,4	15,7
	гарниры	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	13,51	336	10	11,5	47,8
	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				942	88,66	1 043,26	33,363	40,915	139,91
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	11,50	12	0,1	0,1	1,9
	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	100/80	33,43	224	11,6	13,5	13,8
	гарниры	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	12,67	189	3,9	7,1	25,2
	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				1 190	88,66	968,674	27,864	28,858	140,622
ИТОГО за день				2 132	177,32	2 011,934	61,227	69,773	280,532



ИП Замулина Т.А.
 Повар-бригадир
 Экономист по
 ценам
 ответственная за
 питание
 социальный
 педагог

Панкратов А. С.

Байдикова Г. А.

Слинько В.В



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

Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО
на 2023-2024 учебный год
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
06.10.23

Классы 5-11 СВО

Пятница 2-я неделя

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 пвилпом яблочным	220/8/80	44,92	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				783	88,66	938	33,15	35,15	117,655
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,50	12,16	0,5	0,063	1,06
	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%	100/10	40,69	344	16,5	24,2	14,3
	гарниры	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	9,70	268	7,1	10,1	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
	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	88,66	1 162,21	36,474	41,613
ИТОГО за день				1 893	177,32	2 100,21	69,624	76,763	271,565

ИП Замулина Т.А.
Повар-бригадир
Экономист по
ценам
ответственная за
питание
социальный
педагог



Панкратов А. С.

Байдикова Г. А.

Слинько В.В