



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО
на 2023-2024 учебный год
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
09.10.23

Классы 5-11 СВО

Понедельник 1-я неделя

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%	220/10	35,19	252,6	5,7	6,8	41,7
	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
	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	951,1	23,75	29,05	143,555
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	11,50	12	0,1	0,1	1,9
	супы	102	Суп картофельный с бобовыми	250	4,95	140,7	5,6	5,4	17,5
	гор.блюдо	268	Биточки из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	100/10	44,35	344	16,5	24,2	14,3
	гарниры	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	8,77	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	1 137,1	37,914	39,65	138,4
ИТОГО за день				1 815	177,32	2 088,2	61,664	68,7	281,955

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 5-11 классов для детей участника СВО
 на 2023-2024 учебный год
 МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
 10.10.23

Классы 5-11 СВО

Вторник 1-я неделя

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	40,67	285,8	13,8	24,5	2,6
			Икра кабачковая консервированная	100	15,68	45,2	1,3	1	6,4
	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
	фрукты		Яблоко сезонное калиброванное 1	150	9,00	70,5	0,5	0,5	14,6
	напитки	379	Кофейный напиток с молоком	200	10,07	103,5	3,1	2,4	17,2
ИТОГО				708	88,66	825,9	27,05	38,85	86,35
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,50	12,16	0,5	0,063	1,06
	супы	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	10,50	124,274	2,814	5,208	15,272
	гор.блюдо	227	Рыба минтай припущенная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	100/10	33,44	146	17,1	8,2	0,9
	гарниры	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	12,66	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				1 120	88,66	890,834	33,764	23,521	126,882
ИТОГО за день				1 828	177,32	1 716,734	60,814	62,371	213,232



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 5-11 классов для детей участника СВО
 на 2023-2024 учебный год
 МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
 11.10.23

Классы 5-11 СВО

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	220/36/9	40,03	178	4,6	7,7	23,2
	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
	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
	Сладкие блюда	350	Кисель из плодов или ягод свежих (свежемороженных)	200	8,99	110,2	0,1		26,9
ИТОГО				700	88,66	609,1	17,45	21,15	102,15
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	11,50	12	0,1	0,1	1,9
	супы	101	Суп картофельный с крупой рисовой	250	5,14	85,2	1,7	2,7	13,3
	гор.блюдо	268, 331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	100/60	38,88	343,9	16,5	24,2	14,3
	гарниры	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	14,05	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
		354	Кисель из яблок сушеных	200	4,65	110,2	0,1		26,9
ИТОГО				1 160	88,66	1 203,7	37,15	41,15	164,25
ИТОГО за день				1 860	177,32	1 812,8	54,6	62,3	266,4

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 5-11 классов для детей участника СВО
 на 2023-2024 учебный год
 МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
 12.10.23

Классы 5-11 СВО

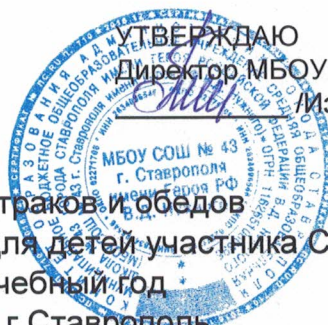
Четверг 1-я неделя

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	220/80	44,87	805,2	32,1	30,4	100,8
	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
	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	382	Какао с молоком	200	10,99	134	2,9	2,5	24,8
ИТОГО				775	88,66	1 385,1	47,35	48,35	185,755
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	11,50	12,16	0,5	0,063	1,06
	супы	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,14	83,2	2	6,1	7
	гор.блюдо	291	Плов из мяса птицы	100/300	50,93	454	25,4	14,8	54,7
	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
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,65	77,4	0,064		19,4
ИТОГО				1 200	88,66	943,16	36,714	23,613	142,21
ИТОГО за день				1 975	177,32	2 328,26	84,064	71,963	327,965

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



Панкратов А.С.
 Байдикова Г. А.



Меню школьных завтраков и обедов
Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО
на 2023-2024 учебный год
МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь
13.10.23

Классы 5-11 СВО

Пятница 1-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	289	Рагу из птицы	100/300	51,48	356,6	21,96	18,2	26,1
	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				982	88,66	822,16	31,323	29,215	102,51
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	11,50	12	0,1	0,1	1,9
	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%	100/5	39,36	224	11,6	13,5	13,8
		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	6,12	103	0,7	0,3	24,4
ИТОГО				1 105	88,66	1 002,87	29,18	31,55	143,15
ИТОГО за день				2 087	177,32	1 825,03	60,503	60,765	245,66

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



Панкратов А.С.

Байдикова Г. А.