



**Меню школьных завтраков и обедов**  
**Для учащихся 5-11 классов для детей участника СВО**  
**на 2023-2024 учебный год**  
**МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь**  
**25.09.23**

**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	<b>35,19</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>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
			Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	<b>20,67</b>	252,6	5,7	6,8	41,7
<b>ИТОГО</b>				<b>705</b>	<b>88,66</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)	100	<b>11,50</b>	12	0,1	0,1	1,9
	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%	100/10	<b>44,35</b>	344	16,5	24,2	14,3
	гарниры	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	<b>8,77</b>	246,6	6,9	7,3	25,25
	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>1 110</b>	<b>88,66</b>	<b>1 137,1</b>	<b>37,914</b>	<b>39,65</b>	<b>138,4</b>
<b>ИТОГО за день</b>				<b>1 815</b>	<b>177,32</b>	<b>2 088,2</b>	<b>61,664</b>	<b>68,7</b>	<b>281,955</b>

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



Панкратов А.С.  
 Байдикова Г. А.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 43 г.Ставрополь  
 Мизмайлова 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

26.09.23

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	<b>40,67</b>	285,8	13,8	24,5	2,6
			Икра кабачковая консервированная	100	<b>15,68</b>	45,2	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	200	<b>10,07</b>	103,5	3,1	2,4	17,2
<b>ИТОГО</b>				708	<b>88,66</b>	825,9	27,05	38,85	86,35
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	<b>11,50</b>	12,16	0,5	0,063	1,06
	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%	100/10	<b>33,44</b>	146	17,1	8,2	0,9
	гарниры	310	Картофель отварной с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	<b>12,66</b>	189	3,9	7,1	25,2
	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
	напитки	388	Напиток из плодов шиповника	200	<b>6,12</b>	103	0,7	0,3	24,4
<b>ИТОГО</b>				1 120	<b>88,66</b>	890,834	33,764	23,521	126,882
<b>ИТОГО за день</b>				1 828	<b>177,32</b>	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

27.09.23

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	<b>40,03</b>	178	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
			Биоюгурт 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>				700	<b>88,66</b>	609,1	17,45	21,15	102,15
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	<b>11,50</b>	12	0,1	0,1	1,9
	супы	101	Суп картофельный с крупой рисовой	250	<b>5,14</b>	85,2	1,7	2,7	13,3
	гор.блюдо	268, 331	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	100/60	<b>38,88</b>	343,9	16,5	24,2	14,3
	гарниры	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	<b>14,05</b>	336	10	11,5	47,8
	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
		354	Кисель из яблок сушеных	200	<b>4,65</b>	110,2	0,1		26,9
<b>ИТОГО</b>				1 160	<b>88,66</b>	1 203,7	37,15	41,15	164,25
<b>ИТОГО за день</b>				1 860	<b>177,32</b>	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

28.09.23

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	<b>44,87</b>	805,2	32,1	30,4	100,8
	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>				775	<b>88,66</b>	1 385,1	47,35	48,35	185,755
Обед	холодные блюда	71	Овощи свежие (огурцы)	100	<b>11,50</b>	12,16	0,5	0,063	1,06
	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	100/300	<b>50,93</b>	454	25,4	14,8	54,7
	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
	Сладкие блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	<b>4,65</b>	77,4	0,064		19,4
<b>ИТОГО</b>				1 200	<b>88,66</b>	943,16	36,714	23,613	142,21
<b>ИТОГО за день</b>				1 975	<b>177,32</b>	2 328,26	84,064	71,963	327,965

ИП Замулина Т.А.

Повар-бригадир

Экономист по

ценам



Панкратов А.С.

Байдикова Г. А.





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**  
**29.09.23**

**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	<b>11,50</b>	12,16	0,5	0,063	1,06
	гор.блюдо	289	Рагу из птицы	100/300	<b>51,48</b>	356,6	21,96	18,2	26,1
	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>982</b>	<b>88,66</b>	<b>822,16</b>	<b>31,323</b>	<b>29,215</b>	<b>102,51</b>
Обед	холодные блюда	71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	<b>11,50</b>	12	0,1	0,1	1,9
	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%	100/5	<b>39,36</b>	224	11,6	13,5	13,8
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200	<b>12,70</b>	230,47	4,13	12,2	24
	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>1 105</b>	<b>88,66</b>	<b>1 002,87</b>	<b>29,18</b>	<b>31,55</b>	<b>143,15</b>
<b>ИТОГО за день</b>				<b>2 087</b>	<b>177,32</b>	<b>1 825,03</b>	<b>60,503</b>	<b>60,765</b>	<b>245,66</b>

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



Панкратов А.С.

Байдикова Г. А.