

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ СОШ с. Костромское

Ю.В. Плюснин

МЕНЮ

На 7 апреля 2025

1-11 классы

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры Возрастная категория: с 7 до 11 лет	Стоимость блюда
		Б	Ж	У			
6 день							
ЗАВТРАК							
Плов из птицы	1/180	11	11	29	275	№291	37,62
Компот из сухофруктов	1/200	1	0	32	133	№349	6,60
Хлеб в/с	1/40	3	0	19	94	ПР	3,69
Салат из солён.огур.с луком	1/80	1	4	2	47	№21	22,17
Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры Возрастная категория: 12 лет и старше	
		Б	Ж	У			
6 день							
ЗАВТРАК							
Плов из птицы	1/230	14	14	31	351	№291	51,05
Компот из сухофруктов	1/200	1	0	32	133	№349	6,60
Хлеб в/с	1/60	5	1	29	140	ПР	5,54
Салат из солён.огур.с луком	1/100	1	5	3	59	№21	27,27

Для детей с ОВЗ

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У		Возрастная категория: 7 лет до 11 лет	
6 день							
ЗАВТРАК							
Каша молочная рисовая	1/200	8	11	29	270	№174	27,95
Чай с молоком	1/200	2	2	16	81	№378	7,25
Плюшка сдобная	1/80	6	7	45	267	Пр	40
Яблоко	1/100	0	0	10	43	№338	30
ОБЕД							
Суп карт.с бобовыми	1/200	11	10	13	92	45	15,25
Плов из птицы	1/180	11	11	29	275	№291	37,62
Компот из с/ф	1/200	1	0	32	133	№349	6,60
Салат из солён.огур.с луком.	1/80	1	4	2	47	№21	22,17
Хлеб в/с	1/40	3	0	19	94	ПР	3,69

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ СОШ с. Костромское

Ю.В. Плюснин

МЕНЮ
На сентябрь 2025

1-11 классы

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У			
7 день							
ЗАВТРАК							
Макароны отв.с сыром	1/150	10	9	26	204	№204,202	26,65
Компот из плодов или ягод сушеных	1/200	1	0	28	105	№348	6,60
Пряники	1/20	6	8	19	155	ПР	7,60
Хлеб	1/30	2	0	14	70	ПР	2,77
Груши свежие	1/100	0	0	10	43	№338	30
Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У			
7 день							
ЗАВТРАК							
Макароны отв.с сыром	1/200	14	12	34	302	№204,202	32,76
Компот из плодов или ягод сушеных	1/200	1	0	28	105	№348	6,60
Сочень с творогом	1/60	6	8	19	169	ПР	48
Груши свежие	1/100	0	0	10	43	№338	30

Для детей с ОВЗ

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У		Возрастная категория: 7 лет до 11 лет	
7 день							
ЗАВТРАК							
Макароны отв.с сыром	1/150	10	9	26	204	№204,202	26,65
Какао со сгущ.молоком	1/200	4	4	25	138	№383	21.60
Вафли	1/30	4	7	9	104	ПР	11,40
Груши свежие	1/100	0	0	10	43	№338	30
ОБЕД							
Суп : морской капусты,со сметаной	1/200	6	3	11	108	№ к/с.	41,57
Рагу из свинины	1/200	15	18	28	432	№263	53.84
Компот из плодов или ягод сушеных	1/200	1	0	28	115	№348	6,60
Хлеб в\с	1/40	3	0	19	94	ПР	3,69
Огурец свежий	1/100	0	0	1	12	№71	34.65

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ СОШ с. Костромское

Ю.В. Плюснин

МЕНЮ
На 9 апреля 2025

1-11 классы

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калорий	№ рецептуры Возрастная категория: с 7 до 11 лет	Стоимость блюда
		Б	Ж	У			
8 день							
ЗАВТРАК							
Варени.с карто.и слив мас.	200	8	11	28	265	№395	61,80
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	№376	2,20
Хлеб в/с	30	2	0	14	70	ПР	2,77
Вафли	30	4	7	9	104	ПР	11,40
Огурец свежий	60	1	0	2	12	№71	21,45
Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калорий	№ рецептуры Возрастная категория: 12 лет и старше	
		Б	Ж	У			
8 день							
ЗАВТРАК							
Варени.с карто.и слив мас.	230	11	15	37	386	№395	70,80
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	№376	2,20
Сочень со сгущенкой	1/60	10	8	26	212	ПР	48
Огурец свежий	1/100	1	0	2	12	№71	34,65

Для детей с ОВЗ

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У		Возрастная категория: 7 лет до 11 лет	
8 день							
ЗАВТРАК							
Вареник.с картоф.и слив.мас	200	8	11	28	265	№395	61,80
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	№376	2,20
Сочень со сгущенкой	1/60	10	8	26	212	ПР	48
Апельсин свежий	1/100	1	0	20	90	№341	30
ОБЕД							
Борщ из свеж.капусты с карт.и тушеной	1/200	5	6	12	114	№67	24,90
Рыб.,тушеная в томате с овощами	1/100	10	5	4	105	№229	54,17
Картофель отварной	1/200	4	6	31	190	№310	35,35
Икра кабачковая консерв.п/пр.	1/100	1	5	18	129	№93	30
Сок яблочный	1/200	2	0	6	36	№293	19
Хлеб в/с	1/40	3	0	19	94	ПР	3,69

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ СОШ с. Костромское
Ю.В. Плюснин

МЕНЮ
На 10 апреля 2025

1-11 классы

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры Возрастная категория: с 7 до 11 лет	Стоимость блюда
		Б	Ж	У			
9 день							
ЗАВТРАК							
Каша овсяная из Геркулеса жидкая	1/200	9	11	27	237	№109	26,11
Чай с молоком	1/200	4	5	16	131	№378	7,25
Хлеб в/с	1/40	3	0	19	94	ПР	3,69
Яблоко	1/100	0	0	10	43	№338	30
Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры Возрастная категория: 12 лет и старше	
		Б	Ж	У			
9 день							
ЗАВТРАК							
Биточки припущенные	1/100	9	13	20	266	№209	78.04
Катрофельное пюре	1/200	5	6	28	183	№312	29,60
Хлеб в/с	1/60	5	0	29	140	ПР	5,54
Сок яблочный	1/200	2	0	6	35	№293	19
Перец сладкий	1/100	1	0	4	22	№71	55

Для детей с ОВЗ

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У		Возрастная категория: 7 лет до 11 лет	
9 день							
ЗАВТРАК							
Каша овсяная из Геркулеса жидкая	250	7	11	32	233	№109	29,61
Бутерброд с повидл.	1/55	12	16	28	159	№2	9,35
Яблоко	1/100	0	0	100	47	№338	30
Чай с молоком	1/200	4	5	16	131	№378	7,25
ОБЕД							
Суп картофельный с рыб .фрикадельками	1/250	2	3	15	106	№106,107	41,22
Биточки припущенные	1/100	9	13	17	266	№209	78,04
Мак.изделия отварные	1/180	7	5	32	202	№202,309	15,57
Перец сладкий (порц.нарезка)	1/100	1	0	4	22	№71	55
Кисель плодоваягодный	1/200	1	0	29	116	№274	6,10
Хлеб пшен.	1/60	5	1	29	140	ПР	5,54

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ СОШ с. Костромское
Ю.В. Плюснин



МЕНЮ
На *11 апреля* 2025

1-11 классы

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У		Возрастная категория: с 7 до 11 лет	
10 день							
ЗАВТРАК							
Каша жидкая молочная из манной крупы	1/200	8	11	21	224	№181	29.46
Какао со сгущ.молоком	1/200	4	4	25	138	№383	21,60
Хлеб в/с	1/30	2	0	14	70	ПР	2,77
Апельсин свежий	1/100	1	0	20	90	№341	30
Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У		Возрастная категория: 12 лет и старше	
10 день							
ЗАВТРАК							
Каша жидкая молочная из манной крупы	1/250	11	14	26	280	№181	30.86
Какао со сгущ.молоком	1/200	4	4	25	138	№383	21,60
Хлеб в/с	1/40	3	0	19	94	ПР	3.69
Апельсин свежий	1/100	1	0	20	90	№341	30

Для детей с ОВЗ

Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность калории	№ рецептуры	Стоимость блюда
		Б	Ж	У		Возрастная категория: 7 лет до 11 лет	
10 день							
ЗАВТРАК							
Каша жидкая молочная из манной крупы	1/200	8	11	21	224	№181	29.46
Какао со сгущ.молоком	1/200	4	4	25	138	№383	21,60
Хлеб в/с	1/30	2	0	14	70	ПР	2,77
Апельсин свежий	1/100	1	0	20	90	№341	30
ОБЕД							
Расо́льник с тушенкой	1/200	5	7	15	140	№68	24,75
Рагу из птицы	1/200	14	11	18	248	№289	53.84
							6,60
Компот из с/ф	1/200	1	0	32	133	№349	
Хлеб пшеничный	1/40	3	0	19	94	ПР	3.69
Вафли	1/30	4	7	9	104	ПР	11.40
Кукуруза консервированная п/пр.	1/80	1	0	4	22	ПР	22.95