



Меню горячего питания
5-11 классов

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 11
Г.С. Шевченко
21 апреля 2025г.



№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	Стоимость руб.	
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	Сe	F	С			
Неделя 2 День 8																					
Завтрак																					
28	Икра кабачковая консервированная (промыш.производства)	100	0,6	7,0	7,3	97,0	0,0	0,0	0,0	5,0	38,7	50,7	16,8	0,8	42,2	0,0	0,0	0,0	2,3	21,88	
49	Плов из мяса птицы	240	19,3	19,3	35,3	400,4	0,1	0,0	25,4	0,0	20,5	93,2	8,7	0,5	13,0	0,0	0,0	0,2	5,1	46,86	
13	Кисель	200	0,0	0,0	42,2	162,0	0,0	0,0	0,0	0,0	36,5	22,5	7,3	0,2	0,0	0,0	0,0	1,5	2,4	7,35	
	печенье пром. произ-ва	25	1,6	2,1	11,0	61,3	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,75	
4	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0	3,30	
3	Хлеб ржаной	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	2,66	
	ИТОГО	650,0	23,7	29,7	131,8	886,3	0,3	0,7	25,4	5,0	112,3	237,6	53,1	3,3	77,1	0,0	0,0	1,7	9,8	85,80	
Обед																					
44	Зеленый горошек консервированный пром. произ-ва	100	0,9	0,2	6,5	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	20,0	62,0	21,0	0,7	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	33,48	
18	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21,0	120,0	0,0	0,0	83,9	1,3	66,0	38,5	10,7	1,4	31,6	0,0	0,0	0,0	4,6	13,26	
39	Биточек мясной	100	14,3	7,1	14,4	189,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,4	10,0	1,4	93,3	0,0	0,0	0,0	0,1	35,06	
42	Капуста тушеная	180	4,5	8,3	19,3	169,2	0,1	0,0	55,0	0,0	380,4	60,0	21,0	1,6	270,0	0,0	0,0	0,0	31,8	25,79	
8	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	32,5	23,4	17,5	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1	5,00	
4	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,63	
3	Хлеб ржаной	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	3,04	
41	Фрукты свежие яблоки	100	0,4	0,4	10,4	45,0	0,1	0,0	0,0	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0	9,00	
	ИТОГО	1025,0	25,8	20,0	143,1	872,0	0,6	0,0	187,9	1,3	573,5	363,1	108,5	7,3	538,3	0,0	0,0	0,0	56,6	128,26	
	ВСЕГО 8 день	1675,0	49,5	49,7	274,9	1758,3	0,9	0,8	213,3	6,3	685,9	600,7	161,6	10,5	615,4	0,0	0,0	1,7	66,4	214,06	