



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ООШ № 11
Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 5 июля 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	1 день			
	Завтрак			
1.	Рыба, тушеная в томате с овощами	100\50	200	42-05
2.	Картофель отварной	100\5	142,4	13-21
3.	Чай с сахаром и лимоном	200\5	62	2-54
4.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
5.	Яблоко свежее	120	66,34	13-90
6	вафли	60	219,6	11-28
	Итого	645	516,08	83-99
	Обед			
1.	икра кабачковая	60	118,6	8-82
2.	Щи из свежей капусты с картофелем	250	127	8-15
3.	тефтели из говядины с соусом	90\30	213	45-86
4.	Каша гречневая рассыпчатая	160	321	14-76
5.	Чай с сахаром	200	60	2-13
6.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
7	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	Итого:	830	967,88	83-20

Повар: Ашихмина.И.М.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ООШ № 11
Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 06 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	2 день			
	Завтрак			
1.	Запеканка из творога с морковью со сгущённым молоком	150\20	162	55-49
2.	Какао с молоком	200	151	12-89
3.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
4.	Апельсин	200	66,34	41-00
5.	Бутерброд с сыром	20/15/5	190	19-89
	Итого	550	614,68	129-51
	Обед			
1.	салат и квашенной капусты	60	51,73	10-49
2.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	118,3	7-49
3.	Плов из птицы	90\150	387	40-23
4.	Сок фруктовый	200	56	10-67
5.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
6	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
		810	741,31	72-81

Повар: Ашихмина.И.М.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ ООШ № 11

Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 07 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	4 день			
	Завтрак			
1.	Птица тушеная в соусе	90\30	299,5	33-53
2.	Макаронные изделия отварные	150	179	8-18
3.	Кисель из сухофруктов	200	159	5-22
4.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
5.	пряники	55	219,6	9-00
	Итого:	555	902,44	57-05
	Обед			
1.	Свекла, тушенная с яблоками	60	64,57	9-81
2.	Суп из овощей	250	95,3	9-56
3.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	220	32-59
4.	Соус сметанный с томатом	30	25	2-99
5.	Рис отварной	150	209,6	12-43
6.	Компот из свежих яблок	200	114,6	8-91
7.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
8.	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	Итого:	780	792,78	79-78

Повар: Ашихмина.И.М.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ ООШ № 11

Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 12 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	3 день			
	Завтрак			
1.	Вареники с картофелем и сл.маслом	150\7	412	33-41
2.	Кофейный напиток	200	151	13-20
3.	Йогурт 2,5%	200	106	58-00
4.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
	Итого:	570	714,34	105-83
	Обед			
1.	Огурцы солёные	60	13,2	8-19
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	103,8	9-16
3.	Жаркое по-домашнему	240	335	44-63
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	88	3-45
6.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
7	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	ИТОГО	810	668,28	71-90

повар: Ашихмина.И.М.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ООШ № 11
Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 13 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	5 день			
	Завтрак			
1.	Каша молочная из пшена	210	285	22-04
2.	какао с молоком	200	151	12-84
3.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
4.	йогурт	200	106	58-00
	Итого:	630	587,34	94-00
	Обед			
1.	салат и квашенной капусты	60	51,73	10-49
2.	Борщ с картофелем и фасолью	250	128,8	10-48
3.	Рыба, тушённая в томате с овощами	90\50	200	40-48
4.	Картофель отварной	150	142,28	16-63
5.	Сок фруктовый	200	56	10-64
6.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
		860	655,36	92-52

Повар: Ашихмина.И.М.

Директор МОУ ООШ № 11

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	6 день			
	Завтрак			
1.	Каша жидка молочная с гречневой крупой	220	212,15	26-24
2.	Чай с сахаром и лимоном	200/5	62	2-56
3.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
4.	Масло сливочное	10	161,3	10-00
5.	Печенье	60	229,35	12-60
6.	сок фруктовый п\к 0,2	200	96	29-00
	Итого:	715	910,14	81-52
	Обед			
1.	икра кабачковая	60	118,6	8-22
2.	Суп картофельный с горохом	250	163	8-15
3.	Птица тушённая в соусе	90\30	164	31-35
4.	Каша пшеничная рассыпчатая	160	142,47	13-36
5.	Компот из свежих яблок	200	114,6	5-99
6.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
7	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	Итого:	850	830,6	41-14

Повар: Ашихмина. И. М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ООШ № 11
Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 15 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	7 день			
	Завтрак			
1.	Вареники с творогом и сл. маслом	150/5	412	33-52
2.	Кофейный напиток	200	151	13-30
3.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
4	яблоко	120	66,34	10-20
5	Сыр "Российский"	15	161,3	13-46
	Итого:	560	684,98	41-90
	Обед			
1.	Огурцы соленые	60	13,2	8-19
2.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	118,3	4-94
3.	Рагу из птицы	240	328	45-61
4.	Компот из смеси сухофруктов	200	76,1	3-45
5.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
6.	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	Итого:	810	663,88	68-67

Повар: Ашихмина. И.М.

УТ
Директор МОУ
№ 17
Т. А.
ищихся 1-4 класс

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 16 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	8 день			
	Завтрак			
1.	Каша молочная "Дружба"	210	260	26-43
2.	Чай с лимоном	200/5	62	2-56
3.	пряники	60	219,6	9-00
4.	сок фруктовый п\к 0,2	200	96	29-00
5.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
	Итог	580	637,6	
	Обед			
1.	салат из квашенной капусты	60	51,73	10-49
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	103,8	9-82
3.	Тефтели мясные	90/30	335	28-77
4.	Макаронные изделия отварные	150	179	8-40
5.	Сок фруктовый	200	56	10-64
6.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
7.	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	Итог	840	802,08	71-44

Повар : Ашихмина.И.М.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ ОАОШ № 11

Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 19 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	9 день			
	Завтрак			
1.	Макароны запеченные с сыром	155	272	13-49
2.	Какао с молоком	200	151	11-89
3.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
4.	Йогурт 2.5%	200	106	58-00
	Итого:	655	574,34	84-50
	Обед			
1.	Свекла, тушенная с яблоками	60	64,57	8-75
2.	Суп крестьянский с крупой	250	76,25	6-98
3.	Плов из птицы	240	387	40-37
4.	Кисель из сухофруктов	200	159	4-48
5.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
6.	Хлеб ржаной	20	37,6	1-12
	Итого:	810	750,53	64-06

Повар: Ашихмина.И.М.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ООШ № 11
Т. А. Матвиенко

**Примерное меню питания учащихся 1-4 классов
на 20 мая 2025 года**

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	10 день			
	Завтрак			
1.	Каша рисовая молочная	210	251	24-04
2.	Кофейный напиток	200	151	13-30
3.	Яблоко свежее	120	66,34	10-20
4.	Бутерброд с сыром	20/15/5	190	19-88
	Итого:	530	658,34	
	Обед			
1.	Огурец соленый	60	13,2	8-19
2.	Щи из свежей капусты с картофелем	250	127	8-24
3.	Птица, тушеная в соусе с овощами	90\150	299,5	45-55
4.	Сок фруктовый	200	96	10-64
5.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-21
6.	Хлеб пш/ржаной	20	37,6	1-12
	Итог	810	663,98	46-16

Повар Ашихмина И.М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ООШ № 11
Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 21 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	1 день			
	Завтрак			
1.	Рыба, тушенная в томате с овощами	90\50	200	40-54
2.	Картофель отварной	100\5	142,4	13-03
3.	Чай с сахаром и лимоном	200\5	62	2-56
4.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
5.	Яблоко свежее	120	66,34	10-20
6	вафли	60	219,6	16-80
	Итого	635	516,08	84-26
	Обед			
1.	икра кабачковая	60	118,6	8-32
2.	Щи из свежей капусты с картофелем	250	127	8-38
3.	тефтели из говядины с соусом	90\30	213	45-14
4.	Каша гречневая рассыпчатая	160	321	14-32
5.	Чай с сахаром	200	60	2-04
6.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
7	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	Итого:	830	967,88	82-27

Повар: Ашихмина.И.М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ООШ № 11
Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 22 мая 2025 года

№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	2 день			
	Завтрак			
1.	Запеканка из творога с морковью со сгущённым молоком	150\20	162	55-49
2.	Какао с молоком	200	151	12-84
3.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
4.	Апельсин	200	66,34	41-00
5.	Бутерброд с сыром	20/15/5	190	19-89
	Итого	550	614,68	129-51
	Обед			
1.	салат и квашенной капусты	60	51,73	10-49
2.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	118,3	4-94
3.	Плов из птицы	90\150	387	40-23
4.	Сок фруктовый	200	56	10-67
5.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
6	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
		810	741,31	42-81

Повар: Ашихмина.И.М.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ ООШ № 11

Т. А. Матвиенко

Примерное меню питания учащихся 1-4 классов

На 23 мая 2025 года



№	Наименование блюд	Выход	Ккал	Цена
	3 день			
	Завтрак			
1.	Вареники с картофелем и сл.маслом	150\7	412	33-41
2.	Кофейный напиток	200	151	13-30
3.	Йогурт 2,5%	200	106	58-00
4.	Хлеб пшеничный	20	45,34	1-12
	Итого:	570	714,34	105-83
	Обед			
1.	Огурцы солёные	60	13,2	8-19
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	103,8	9-16
3.	Жаркое по-домашнему	240	335	44-63
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	88	3-45
6.	Хлеб пшеничный	40	90,68	2-24
7	Хлеб ржаной	20	37,6	1-24
	итого	810	668,28	41-90

повар: Ашихмина.И.М.