

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ШКОЛА №8  
(МАОУ СШ №8)**

606084, Нижегородская обл, Володарский ок-г, с.п. Новосмолинский, ул. Танковая, д. 24  
Тел./Факс: (83136) 7-63-20, Email: [s8\\_vld@mail.52gov.ru](mailto:s8_vld@mail.52gov.ru), Веб-сайт: <http://www.shkola-48.ru>  
ОКПО 57170845, ОГРН 1025201759351, ИНН 5214006030, КПП 521401001

---

УТВЕРЖДЕНО:

Директор

И. В. Васильева

**ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОЕ ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ**

**Для возрастной группы обучающихся 11 – 18 лет**

**на 2024-2025 уч. г.**

Меню разработано на основе Сборника рецептов

1996 г., 1997 г., 2007 г., 2015 г., 2018 г.

Справочника химических составов продуктов  
1987 г.

2024 г.

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Первая неделя

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры | Наименование блюда             | Выход   | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|----------|--------------------------------|---------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>       |         |              |              |               |                |
|          |                                |         |              |              |               |                |
| 302-2004 | Каша Геркулесовая              | 1/200/1 | 6,8          | 12           | 31,9          | 262,7          |
| 637-96   | Какао на молоке                | 1/200   | 2,5          | 3,6          | 28,7          | 152,0          |
|          | Печенье                        | 1/50    | 5,3          | 0,2          | 25,8          | 125,3          |
|          | Йогурт                         | 1/110   | 2,8          | 2,7          | 18,1          | 94             |
|          | Батон                          | 1/30    | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132,0          |
|          |                                |         |              |              |               |                |
|          | <b>ОБЕД(7-18лет)</b>           |         |              |              |               |                |
|          |                                |         |              |              |               |                |
|          | Кукуруза консервированная      | 1/40    | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40          |
|          |                                |         |              |              |               |                |
| 218      | Суп-лапша домашняя с цыпленком | 250/25  | 11,2         | 7,1          | 25,3          | 206            |
| 401-96   | Гуляш из свинины               | 50/75   | 16,8         | 10,7         | 4,5           | 181            |
| 463-96   | Каша гречневая рассыпчатая     | 1/150   | 15           | 19           | 74            | 545            |
|          | Хлеб ржаной                    | 1/40    | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
| 646-96   | Компот из сухофруктов          | 1/200   | 0,6          | 0            | 31,4          | 124            |
|          | <b>Всего за день</b>           |         | <b>65,90</b> | <b>57,40</b> | <b>293,50</b> | <b>1957,40</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Первая неделя

**ВТОРНИК**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № ре-<br>ры | Наименование блюда                                     | Выход    | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|-------------|--|----------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|             | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>                               |          |              |              |               |                |
| 416-96      | Биточек натуральный                                    | 1/100    | 15,9         | 14,4         | 16            | 261            |
| 274-96      | Макаронны отварные с масл.сл.                          | 1/180    | 10,6         | 12,3         | 34,02         | 300,7          |
|             | Сок  | 1/200    | 00           | 0,0          | 22,4          | 90,0           |
|             | Батон  | 1/40     | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132            |
|             | Фрукт  | 1 шт     | 2,5          | 3,6          | 28,7          | 162,0          |
|             |  |          |              |              |               |                |
|             | <b>ОБЕД(7-18лет)</b>                                   |          |              |              |               |                |
|             | Огурец свежий  | 1/100    | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40          |
| 139-96      | Суп картофельный с макар.из.и<br>мясными фрикадельками | 17,5/250 | 6,5          | 3,7          | 21,7          | 143            |
| 374-04      | Рыба, тушеная в томате с овощами<br>(минтай)           | 1/150    | 16,4         | 7,2          | 6,2           | 154,5          |
| 472-96      | Рис отварной   | 1/180    | 4,2          | 11,0         | 29,0          | 252,0          |
|             | Хлеб ржаной  | 1/30     | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
| 867-96      | Компот из с/ягод                                       | 1/200    | 0,6          | 0            | 31,4          | 137            |
|             | <b>Всего за день</b>                                   |          | <b>65,40</b> | <b>54,30</b> | <b>243,22</b> | <b>1767,60</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Первая неделя

**СРЕДА**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № ре-<br>цы              | Наименование блюда                   | Выход     | Белки       | Жиры        | Угл-ды       | Эн/ц          |
|--------------------------|--------------------------------------|-----------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b> |                                      |           |             |             |              |               |
| 210-96                   | Омлет натуральный с маслом слив.     | 1/105/7   | 11,1        | 19,8        | 2,08         | 231,8         |
|                          | Йогурт                               | 1/100     | 2,8         | 2,7         | 18,1         | 92            |
|                          | Батон                                | 1/20      | 3,8         | 1,5         | 25,4         | 132,0         |
| 637_96                   | Кофе на молоке                       | 1/200     | 2,5         | 3,6         | 28,7         | 152,0         |
| <b>ОБЕД(7-18лет)</b>     |                                      |           |             |             |              |               |
|                          | Томат свежий                         | 1/100     | 1,1         | 0           | 4,4          | 21,40         |
| 132-3                    | Суп из овощей с цыпленком и сметаной | 250/23/10 | 4,5         | 7,1         | 12,9         | 131           |
| 595-07                   | Рагу из птицы                        | 1/250     | 10,5        | 35          | 32           | 485,5         |
| 586-3                    | Компот из черн.смородины             | 1/200     | 0,2         | 0           | 35,8         | 142           |
|                          | Хлеб ржаной                          | 1/20      | 3,8         | 0,6         | 24,0         | 114,0         |
|                          | <b>Всего за день</b>                 |           | <b>36,5</b> | <b>70,3</b> | <b>183,4</b> | <b>1501,7</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Первая неделя

**Четверг**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры | Наименование блюда                            | Выход    | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эв/ц           |
|----------|---|----------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>                      |          |              |              |               |                |
| 285-96   | Запеканка творож. со сг.мол                   | 1/150/25 | 36,9         | 31,3         | 31,5          | 558,7          |
| 642-18   | Чай с сахаром и лимоном                       | 1/200/9  | 4,9          | 5            | 32,5          | 190            |
|          | Батон   | 1/60     | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132,0          |
|          | Яблоко  | 1/200    | 0,8          | 0            | 22,6          | 93,6           |
|          |   |          |              |              |               |                |
|          | <b>ОБЕД (7-18 лет)</b>                        |          |              |              |               |                |
|          | Икра кабачковая                               | 1/35     | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40          |
| 218-96   | Суп картофельный с крупой (рис) с гов.тушеной | 250/30   | 8,4          | 9,5          | 17            | 187,5          |
| 460-3    | Котлета куриная                               | 1/100    | 9,1          | 6,2          | 9,6           | 131,3          |
| 469-96   | Макароны отварные                             | 1/180    | 11,3         | 9,7          | 60,8          | 381,6          |
| ткк4-14  | Компот из сухофруктов                         | 1/200    | 0,1          | 0            | 11,1          | 44,75          |
|          | Хлеб ржаной                                   | 1/60     | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
|          | <b>Всего за день</b>                          |          | <b>76,40</b> | <b>63,80</b> | <b>238,90</b> | <b>1854,85</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Первая неделя

**Пятница**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № ре-<br>ры | Наименование блюда       | Выход    | Белки | Жиры | Угл-ды | Эн/ц  |
|-------------|--------------------------|----------|-------|------|--------|-------|
|             | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b> |          |       |      |        |       |
| 302-2004    | Каша молочная Здоровье   | 1/200/10 | 7,9   | 12,8 | 27,6   | 258,7 |
| 642-18      | Какао на молоке          | 1/200    | 4,9   | 5,0  | 32,5   | 190,0 |
|             | Йогурт                   | 1/110    | 2,8   | 2,7  | 18,1   | 94    |
|             | Сыр                      | 1/30     | 8,0   | 8,2  | 0,0    | 105,9 |
|             | Батон                    | 1/20     | 3,8   | 1,5  | 25,4   | 132,0 |
|             |                          |          |       |      |        |       |
|             |                          |          |       |      |        |       |

**ОБЕД(7-18лет)**

|        |                                      |           |             |             |              |               |
|--------|--------------------------------------|-----------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|        | Капуста соленая                      | 1/40      | 1,1         | 0           | 4,4          | 21,40         |
| 110-96 | Борщ из св.капусты с туш. и сметаной | 250/14/10 | 6           | 8,3         | 13,6         | 151,2         |
| 401-96 | Голень отворная                      | 1 шт      | 20          | 13          | 7            | 225           |
| 470-96 | Рис отворной                         | 1/150     | 2,9         | 3,9         | 27,9         | 153,0         |
| 646-96 | Чай с сахаром                        | 1/200     | 0,2         | 0,1         | 9,3          | 38            |
|        | Хлеб ржаной                          | 1/20      | 0,0         | 0,0         | 0,0          | 0,0           |
|        | <b>Всего за день</b>                 |           | <b>57,6</b> | <b>55,5</b> | <b>165,8</b> | <b>1369,2</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Вторая неделя

**Понедельник**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № реп-ры | Наименование блюда           | Выход  | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|----------|------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>     |        |              |              |               |                |
| 261-96   | Каша молочная Дружба         | 1/200  | 8,6          | 10,9         | 51,65         | 320,7          |
|          | Йогурт                       | 1/110  | 2,8          | 2,7          | 18,1          | 92,0           |
|          | Какао на молоке              | 1/200  | 0            | 0,0          | 22,4          | 90,0           |
|          | Батон                        | 1/45   | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132,0          |
|          | Сыр                          | 1/39   | 8,04         | 8,19         | 0             | 105,9          |
|          |                              |        |              |              |               |                |
|          |                              |        |              |              |               |                |
|          | <b>ОБЕД(7-18лет)</b>         |        |              |              |               |                |
| 201      | Суп крестьянский с цыпленком | 250/20 | 4,5          | 7,9          | 12            | 181            |
| 401-96   | Гуляш из свинины             | 50/75  | 11,2         | 7,1          | 25,3          | 206            |
| 463-96   | Гречка отварная рассыпчатая  | 1/180  | 16,8         | 10,7         | 4,5           | 181            |
|          | Хлеб ржаной                  | 1/30   | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
| 646-96   | Чай с сахаром                | 1/200  | 0,2          | 0,1          | 9,3           | 38             |
|          | <b>Всего за день</b>         |        | <b>59,74</b> | <b>49,69</b> | <b>192,65</b> | <b>1460,60</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Вторая неделя  
**Понедельник**  
" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры | Наименование блюда           | Выход  | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|----------|------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>     |        |              |              |               |                |
| 261-96   | Каша молочная Дружба         | 1/200  | 8,6          | 10,9         | 51,65         | 320,7          |
|          | Йогурт                       | 1/110  | 2,8          | 2,7          | 18,1          | 92,0           |
|          | Какао на молоке              | 1/200  | 0            | 0,0          | 22,4          | 90,0           |
|          | Батон                        | 1/45   | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132,0          |
|          | Сыр                          | 1/39   | 8,04         | 8,19         | 0             | 105,9          |
|          |                              |        |              |              |               |                |
|          |                              |        |              |              |               |                |
|          | <b>ОБЕД(7-18лет)</b>         |        |              |              |               |                |
|          |                              |        |              |              |               |                |
| 201      | Суп крестьянский с дыпленком | 250/20 | 4,5          | 7,9          | 12            | 181            |
| 401-96   | Гуляш из свинины             | 50/75  | 11,2         | 7,1          | 25,3          | 206            |
|          |                              |        |              |              |               |                |
| 463-96   | Гречка отварная рассыпчатая  | 1/180  | 16,8         | 10,7         | 4,5           | 181            |
|          | Хлеб ржаной                  | 1/30   | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
| 646-96   | Чай с сахаром                | 1/200  | 0,2          | 0,1          | 9,3           | 38             |
|          | <b>Всего за день</b>         |        | <b>59,74</b> | <b>49,69</b> | <b>192,65</b> | <b>1460,60</b> |



**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Вторая неделя

**Вторник**

" " \_\_\_\_\_ 202\_ г. " " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры | Наименование блюда                            | Выход     | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|----------|---|-----------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|          | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>                      |           |              |              |               |                |
| 210-96   | Омлет натуральный с маслом слив.              | 1/105/7   | 11,1         | 19,8         | 2,08          | 231,8          |
| 637_96   | Кофе на молоке                                | 1/200     | 2,5          | 3,6          | 28,7          | 152,0          |
|          | Масло сливочное                               | 1/10      | 0            | 0,0          | 22,4          | 90,0           |
|          | Батон   | 1/25      | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132,0          |
|          | Яблоко  | 1/100     | 0,8          | 0            | 22,6          | 93,6           |
|          |   |           |              |              |               |                |
|          | <b>ОБЕД(7-18лет)</b>                          |           |              |              |               |                |
|          | Капуста соленая                               | 1/40      | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40          |
| 139-96   | Щи из свежей капусты с гов.тушеной и сметаной | 250/20/10 | 6,45         | 6,6          | 10,44         | 135,6          |
| 422-96   | Тефтели натуральные в соусе                   | 115/50    | 20,55        | 24,4         | 20,7          | 387,6          |
| 462-96   | Макароны отварные                             | 1/180     | 11,3         | 9,7          | 60,8          | 381,6          |
|          | Хлеб ржаной                                   | 1/60      | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
| 646-96   | Компот из сухофруктов                         | 1/200     | 0,6          | 0            | 31,4          | 124            |
|          | <b>Всего за день</b>                          |           | <b>58,20</b> | <b>41,80</b> | <b>252,92</b> | <b>1863,60</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Вторая неделя

**Среда**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры                 | Наименование блюда                    | Выход      | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|--------------------------|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b> |                                       |            |              |              |               |                |
| 609-11                   | Котлета особая                        | 1/100      | 14,9         | 21,2         | 13,8          | 307            |
| 469-96                   | Макароны отварные с сыром             | 1/180/15/9 | 11,3         | 9,7          | 60,8          | 381,6          |
|                          | Батон                                 | 1/50       | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132            |
|                          | Сок с трубочкой                       | 1/200      | 5,1          | 4,6          | 0,3           | 63             |
| <b>ОБЕД(7-18лет)</b>     |                                       |            |              |              |               |                |
|                          | Капуста соленая                       | 1/40       | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40          |
| 131-3                    | Суп картофельный с рыбными консервами | 250/20/5   | 10,2         | 2,8          | 18,8          | 139            |
| 401-96                   | Гуляш из птицы (грудка)               | 50/75      | 16,6         | 5,8          | 4,7           | 137,4          |
| 472-96                   | Пюре картофельное                     | 1/150      | 4,2          | 11,0         | 29,0          | 252,0          |
|                          | Хлеб ржаной                           | 1/60       | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
| 867-96                   | Компот из кураги                      | 1/200      | 1,2          | 0            | 31,6          | 126            |
|                          | <b>Всего за день</b>                  |            | <b>72,20</b> | <b>57,20</b> | <b>212,80</b> | <b>1673,40</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Вторая неделя

**Четверг**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г. " \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры | Наименование блюда          | Выход    | Белки       | Жиры        | Угл-ды       | Эн/ц          |
|----------|-----------------------------|----------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|          | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>    |          |             |             |              |               |
| 285-96   | Запеканка творож. со сг.мол | 1/150/25 | 36,9        | 31,3        | 31,5         | 558,7         |
| 646-96   | Чай с сахаром               | 1/200    | 0,2         | 0,1         | 9,3          | 38            |
|          | Батон                       | 1/20     | 3,8         | 1,5         | 25,4         | 132,0         |
|          | Фрукт                       | 1/150    | 0,1         | 12,4        | 0,1          | 112,3         |
|          |                             |          |             |             |              |               |
|          |                             |          |             |             |              |               |
|          | <b>ОБЕД(7-18лет)</b>        |          |             |             |              |               |
|          | Помидора свежая             | 1/50     | 1,1         | 0           | 4,4          | 21,40         |
| 139-3    | Суп гороховый с цыпленком   | 250/23   | 11,2        | 7,1         | 25,3         | 206           |
| 356-18   | Печень по строгановски      | 1/100    | 20          | 13          | 7            | 225           |
| 465-96   | Рис отварной                | 1/150    | 4,3         | 7,2         | 44,1         | 262,8         |
|          | Хлеб ржаной                 | 1/70     | 3,8         | 0,6         |              | 114,0         |
| 867-96   | Компот из свежих яблок      | 1/200    | 0,8         | 0,6         | 24           | 96,6          |
|          | <b>Всего за день</b>        |          | <b>78,4</b> | <b>73,8</b> | <b>171,1</b> | <b>1766,8</b> |
|          |                             |          |             |             |              |               |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Вторая неделя

**Пятница**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры                   | Наименование блюда     | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | Эн/ц  |
|----------------------------|------------------------|-------|-------|------|--------|-------|
| <b>ЗАВТРАК (11-18 лет)</b> |                        |       |       |      |        |       |
| 260-96                     | Каша молочная Боярская | 1/200 | 9,1   | 25,1 | 43,5   | 429   |
| 274-96                     | Какао на молоке        | 1/200 | 4,9   | 5,0  | 32,5   | 190,0 |
|                            | Батон                  | 1/50  | 3,8   | 1,5  | 25,4   | 132,0 |
|                            | Сыр                    | 1/20  | 0,8   | 0    | 22     | 93,6  |
|                            | Сок в инд..упак.       | 1/200 | 0     | 0    | 0      | 0     |
|                            |                        |       |       |      |        |       |

**ОБЕД(7-18лет)**

|                      |                                      |           |             |             |              |               |
|----------------------|--------------------------------------|-----------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|                      | Огурец свежий                        | 1/120     | 1,1         | 0           | 4,4          | 21,40         |
| 110-96               | Борщ из св.капусты с туш. и сметаной | 250/14/10 | 6           | 8,3         | 13,6         | 151,2         |
| 403-96               | Плов из свинины                      | 1/250     | 20,7        | 11          | 51,2         | 402,3         |
|                      | Хлеб ржаной                          | 1/20      | 3,8         | 0,6         | 24,0         | 114,0         |
|                      | Сок                                  | 1/200     | 0,8         | 0,6         | 24           | 96,6          |
|                      |                                      |           |             |             |              |               |
| <b>Всего за день</b> |                                      |           | <b>38,1</b> | <b>27,0</b> | <b>197,1</b> | <b>1201,1</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Третья неделя  
**Понедельник**  
" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № ре-<br>цы              | Наименование блюда                            | Выход    | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|--------------------------|---|----------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b> |   |          |              |              |               |                |
| 320-200                  | Каша молочная гречневая                       | 1/200/10 | 9,2          | 13           | 31,5          | 281,3          |
| 642-18                   | Какао на молоке                               | 1/200    | 4,9          | 5,0          | 32,5          | 190,0          |
|                          | Йогурт  | 1/110    | 2,8          | 2,7          | 18,1          | 92             |
|                          | Батон   | 1/30     | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132,0          |
|                          | Сыр   | 1/40     | 0,1          | 12,4         | 0,1           | 112,3          |
|                          |   |          |              |              |               |                |
|                          |   |          |              |              |               |                |
| <b>ОБЕД(7-18лет)</b>     |   |          |              |              |               |                |
|                          | Икра кабачковая                               | 1/35     | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40          |
| 218-96                   | Суп картофельный с крупой (рис) с гов.тушеной | 20/250   | 8,4          | 9,5          | 17            | 187,5          |
| 438-04                   | Азу из свинины                                | 1/100    | 16,7         | 17,5         | 7,8           | 256            |
| 270-96                   | Гороховое пюре                                | 1/150    | 9,5          | 13,9         | 63,7          | 408,6          |
|                          | Сок   | 1/200    | 0,8          | 0,6          | 22            | 96,6           |
|                          | Хлеб ржаной                                   | 1/60     | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
|                          |   |          |              |              |               |                |
|                          | <b>Всего за день</b>                          |          | <b>40,30</b> | <b>42,10</b> | <b>138,90</b> | <b>1084,10</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Третья неделя

**Вторник**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № ре-<br>ры               | Наименование блюда                              | Выход     | Белки        | Жиры         | Угл-ды        | Эн/ц           |
|---------------------------|---|-----------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК(11-18.лет)</b> |   |           |              |              |               |                |
| 257-3                     | Каша мол.рисовая с сл.масл.                     | 200/10    | 11,4         | 19,8         | 64,6          | 473,2          |
|                           | Сок с трубочкой                                 | 1/200     | 5,1          | 4,6          | 0,3           | 63             |
|                           | Батон   | 1/45      | 3,8          | 1,5          | 25,4          | 132            |
|                           | Яйцо отворное                                   | 1.шт      | 5,1          | 4,6          | 0,3           | 63             |
|                           | Масло сливочное                                 | 1/25      | 0            | 0,0          | 22,4          | 90,0           |
|                           |   |           |              |              |               |                |
|                           |   |           |              |              |               |                |
| <b>ОБЕД(7-18.лет)</b>     |   |           |              |              |               |                |
|                           | Капуста соленая                                 | 1/35      | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40          |
| 129-96                    | Рассольник Ленинградский с<br>птицей и сметаной | 250/25/15 | 5,8          | 7,2          | 24,5          | 181            |
| 330-3                     | Шницель рыбный                                  | 1/75      | 13,05        | 8,85         | 1,35          | 141            |
| 472-96                    | Пюре картофельное                               | 1/150     | 4,2          | 11,0         | 29,0          | 252,0          |
|                           | Хлеб ржаной                                     | 1/20      | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0          |
| 867-96                    | Компот из кураги                                | 1/200     | 1,2          | 0            | 31,6          | 126            |
|                           | <b>Всего за день</b>                            |           | <b>54,55</b> | <b>58,15</b> | <b>227,85</b> | <b>1656,60</b> |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Третья неделя

**Среда**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № ре-<br>ры | Наименование блюда                        | Выход  | Белки | Жиры | Угл-ды | Эн/ц   |
|-------------|---|--------|-------|------|--------|--------|
|             | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b>                  |        |       |      |        |        |
| 257-3       | Каша молочная манная с сл.масл.           | 150/10 | 11,1  | 19,8 | 2,08   | 231,8  |
| 637_96      | Кофе на молоке                            | 1/200  | 2,5   | 3,6  | 28,7   | 152,0  |
|             | Батон                                     | 1/32   | 3,8   | 1,5  | 25,4   | 132,0  |
|             | Сыр                                       | 1/20   | 2,8   | 2,7  | 18,1   | 92     |
|             | Вафля                                     | 1/50   | 0     | 0    | 0      | 0      |
|             | Масло сливочное                           | 1/20   | 0     | 0,0  | 22,4   | 90,0   |
|             |   |        |       |      |        |        |
|             | <b>ОБЕД(7-18лет)</b>                      |        |       |      |        |        |
|             | Огурец соленый                            | 1/30   | 1,1   | 0    | 4,4    | 21,40  |
| 139-3       | Суп картофельный с мак.изд.с<br>цыпленком | 14/250 | 5,8   | 7,2  | 24,5   | 181    |
| 590         | Жаркое по домашнему                       | 50/250 | 7,3   | 8,5  | 14,4   | 327,4  |
| 867-96      | Компот из с/м ягод                        | 1/200  | 0,6   | 0    | 31,6   | 124    |
|             | Хлеб ржаной                               | 1/60   | 3,8   | 0,6  | 24,0   | 114,0  |
|             | Фрукт                                     | 1/110  |       |      |        |        |
|             | <b>Всего за день</b>                      |        | 23,9  | 24,1 | 193,5  | 1233,8 |

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Третья неделя

**Четверг**

" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № рец-ры                 | Наименование блюда                 | Выход     | Белки       | Жиры        | Угл-ды       | Эн/ц          |
|--------------------------|------------------------------------|-----------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b> |                                    |           |             |             |              |               |
| 285-96                   | Запеканка творож. со сг.мол        | 1/150/25  | 36,9        | 31,3        | 31,5         | 558,7         |
| 646-96                   | Чай с сахаром                      | 1/200     | 0,2         | 0,1         | 9,3          | 38            |
|                          | Батон                              | 1/20      | 3,8         | 1,5         | 25,4         | 132,0         |
|                          | Фрукт                              | 1/150     | 0,1         | 12,4        | 0,1          | 112,3         |
|                          |                                    |           |             |             |              |               |
|                          |                                    |           |             |             |              |               |
|                          |                                    |           |             |             |              |               |
| <b>ОБЕД(7-18лет)</b>     |                                    |           |             |             |              |               |
| 132-2                    | Суп из овощей с туш.гов и сметаной | 25/210/10 | 11,2        | 7,1         | 25,3         | 206           |
| 482-3                    | Капуста тушеная                    | 1/150     | 16,6        | 5,8         | 4,7          | 137,4         |
| 416-96                   | Биточек натуральный                | 1/100     | 15,9        | 14,4        | 16           | 261           |
|                          | Хлеб ржаной                        | 1/70      | 3,8         | 0,6         | 24,0         | 114,0         |
| 867-96                   | Компот из с/ягод                   | 1/200     | 0,6         | 0           | 31,4         | 124           |
|                          |                                    |           |             |             |              |               |
|                          | <b>Всего за день</b>               |           | <b>48,4</b> | <b>41,9</b> | <b>136,2</b> | <b>1124,7</b> |



**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя школа №8**

"Утверждено" Директор \_\_\_\_\_ Васильева И.В.

Третья неделя  
**Пятница**  
" \_ " \_\_\_\_\_ 202\_ г.

| № ре-<br>ры | Наименование блюда       | Выход        | Белки | Жиры | Угл-ды | Эн/ц  |
|-------------|--------------------------|--------------|-------|------|--------|-------|
|             | <b>ЗАВТРАК(11-18лет)</b> |              |       |      |        |       |
| 257-3       | Каша молочная Пшенная    | 1/200        | 7,4   | 12,4 | 29,2   | 259,9 |
| 642-18      | Какао на молоке          | 1/200        | 4,9   | 5,0  | 32,5   | 190,0 |
|             | Батон                    | 1/50         | 3,8   | 1,5  | 25,4   | 132,0 |
|             | Масло сливочное          | 1/10         | 2,8   | 2,7  | 18,1   | 92    |
|             | Йогурт                   | <b>1/110</b> | 2,8   | 2,7  | 18,1   | 92,0  |
|             | Сок с трубочкой          | 1/200        | 5,1   | 4,6  | 0,3    | 63    |
|             |                          |              |       |      |        |       |

**ОБЕД(7-18лет)**

|        |                                      |           |              |              |               |              |
|--------|--------------------------------------|-----------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|        | Помидора свежая                      | 1/120     | 1,1          | 0            | 4,4           | 21,40        |
| 110-96 | Борщ из св.капусты с туш. и сметаной | 250/14/10 | 6            | 8,3          | 13,6          | 151,2        |
| 401-96 | Гуляш из свинины                     | 50/75     | 11,2         | 7,1          | 25,3          | 206          |
| 465-96 | Рис отварной                         | 1/150     | 4,3          | 7,2          | 44,1          | 262,8        |
|        | Хлеб ржаной                          | 1/32      | 3,8          | 0,6          | 24,0          | 114,0        |
| 642-18 | Чай с сахаром и лимоном              | 1/200/9   | 4,9          | 5            | 32,5          | 190          |
|        | <b>Всего за день</b>                 |           | <b>31,30</b> | <b>28,20</b> | <b>143,90</b> | <b>945,4</b> |
|        |                                      |           |              |              |               |              |