

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»  
Шаров Н.В.  
20 25 г.



**МБОУ «Исадская СОШ»**  
**Меню на горячие завтраки в 2024-2025 уч. году**

День 1 (Понедельник) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Рожки отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
Сыр - порция	20	5,34	5,34	5,46	86
Масло сливочное	30	0,24	21,75	0,39	198
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,8	157
Чай с сахаром	200	1,40	1,60	17,40	118,7
Итого					761

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»  
Шаров Н.В.  
20 25 г.



День 2 (Вторник) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Каша гречневая с маслом сливочным	150	5,96	6,16	26,35	184,63
Котлета запеченая	80	12,44	9,24	12,56	183
Чай с сахаром	200	1,40	1,60	17,40	118,7
Печенье	25	1,63	3,6	17,9	109,13
Хлеб ржаной	60	3,32	0,60	19,24	124,00
Итого					719,46

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»

Шаров Н.В.

20 25 г.



День 3 (Среда) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Каша пшеничная молочная	200	7,22	14,19	32,78	287,8
Печенье	25	1,63	3,6	17,9	109,13
Чай с сахаром	200	1,40	1,60	17,40	118,7
Хлеб ржаной	60	3,32	0,60	19,24	124,00
Итого					639,63

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»

Шаров Н.В.

20 25 г.



День 4 (Четверг) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Картофель отварной с маслом сливочным	180/5	3,84	8,88	26,28	242,40
Минтай в омлете	80	10,00	3,9	1,9	80,00
Кондитерские изделия	25	1,63	3,6	17,9	109,13
Сок фруктовый	200	0	0	11	45
Итого					476,53

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»

Шаров Н.В.

2025 г.



День 5 (Пятница) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Каша рисовая молочная	200	5,12	6,62	33,61	210,13
Сырники запеченные	75	13,80	17,00	16,12	273,70
Чай с сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,80	157,00
Итого					702,45

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»

Шаров Н.В.

«06» марта 2025 г.



День 6 (Понедельник) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Рожки отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
Сыр - порция	20	5,34	5,34	5,46	86
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,8	157
Чай с сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Итого					506,76

«Утверждаю»

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»  
Шаров Н.В.  
«01» марта 2025 г.



День 7 (Вторник) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Каша гречневая с маслом сливочным	150	5,96	6,16	26,35	184,63
Котлета запеченая	80	12,44	9,24	12,56	183
Чай с сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Пряники	25	1,2	0,7	19,43	83,96
Хлеб ржаной	60	3,32	0,60	19,24	124,00
Итого					637,21

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»  
Шаров Н.В.  
«01» марта 2025 г.



День 8 (Среда) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Каша пшенная молочная	200	7,22	14,19	32,78	287,8
Печенье	25	1,63	3,6	17,9	109,13
Чай с сахаром и лимоном	200	1,40	1,60	17,40	118,7
Хлеб ржаной	60	3,32	0,60	19,24	124,00
Итого					639,63

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»

Шаров Н.В.

« 01 » августа 20 25 г.



День 9 (Четверг) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Картофель отварной с маслом сливочным	180/5	3,84	8,88	26,28	242,40
Минтай в омлете	80	10,00	3,9	1,9	80,00
Кондитерские изделия	25	1,63	3,6	17,9	109,13
Сок фруктовый	200	0	0	11	45
Итого					476,53

«Утверждаю»  
И.о. директора МБОУ «Исадская СОШ»

Шаров Н.В.

« 01 » августа 20 25 г.



День 10 (Пятница) для учащихся 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход гр	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Калории ккал
Каша рисовая молочная	200	5,12	6,62	33,61	210,13
Сырники запеченные	75	13,80	17,00	16,12	273,70
Чай с сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,80	157,00
Итого					702,45