

Утверждаю:
ГБОУ СОШ с. Заплавное
Л.С.Гусева



ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
05 ноября 2025 год

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энерг цен Ккал
ЗАВТРАК			
3.7	Каша ячневая молочная жидкая	170	197,33
5.3	Кофейный напиток на молоке	200	212,22
2	Батон с маслом	50	139
Итого			
105	Фрукты	100	47
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
80	Кисломолочный продукт	140	74,73
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энерг цен Ккал
1.4	Щи с курицей, со сметаной	180	205,78
2.1	Жаркое по – домашнему с курицей	200	277,66
26	Компот из сух-ов + С витаминизация	180	79,00
6.6	Хлеб пшеничный	40	94,0
6.7	Хлеб ржаной	50	87,00
Итого			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			
4.5	Запеканка из творога с маслом, сахаром	160	395,2
56	Чай с сахаром	180	50,4
299	Хлеб	47	100,39
Итого			

Утверждаю:
ГБОУ ООШ с. Заплавное
Л.С.Гусева

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
06 ноября 2025 год

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
	Каша перловая молочная жидкая	140	166,37
25	Какао на молоке	180	92,57
2	Батон с маслом	40	120,68
	Итого		
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
1.13	Суп картофельный с курицей, гренками, со сметаной	180	147,83
2.14	Плов из отварной курицы	200	367,0
5.9	Лимонный напиток	180	0,54
6.6	Хлеб пшеничный	20	47,0
6.7	Хлеб ржаной	50	87,00
	Итого		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			
	Овощное рагу	140	130,91
4.7	Ватрушка с повидлом	60	268,1
5.4	Чай с сахаром	180	50,4
6.6	Хлеб пшеничный	30	64,08
	Итого		

Утверждаю:
ГБОУ ООШ с. Заплавное
Л.С.Гусева

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
07 ноября 2025 год

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
1.12	Суп молочный с макаронными изделиями	160	219,17
5.3	Кофейный напиток на молоке	200	235,8
85	Батон с маслом	50	143,09
Итого			
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
2.15	Соус овощной	30	31,88
1.13	Борщ с курицей	180	122,68
2.14	Биточки из кур	70	102,1
2.13	Каша гречневая	100	159,42
5.7	Компот из су-тов + Свитаминация	180	101,7
6.6	Хлеб пшеничный	40	94
6.7	Хлеб ржаной	50	87,0
Итого			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			
434	Картофель запеченный под омлетом	130	110,07
56	Чай с лимоном	180	50,4
6.6	Хлеб	47	100,39
Итого			