

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанец  
Керимова Д.Г.



Меню на 02.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша манная молочная	200	18	129,6	17,5	9,1	42,3
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	батон с маслом и сыром	60	15	84,6	9,2	12	24
Обед	икра кабачковая	60	10	102,5	1,8	8,8	7,7
	борщ	200	18,97	119,7	5,2	12,4	45,6
	котлета мясная	90	67	175,2	14,7	10,2	10,8
	рис отварной с маслом	200	15	124,6	4,1	5,6	45,6
	компот из с/ф	200	10	102,5	0,3	0,1	29,8
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
	хлеб	40	3	64,8	2,3	0,9	14,6
Полдник	вагрушка с повидлом	50	23	166	3,5	1,4	34,8
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	банан	100	30	95	1,5	0,5	21

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанец  
Керимова Д.Г.



Меню на 03.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша пшеничная молочная	200	18	177	7,5	9,8	21,6
	какао с молоком	200	12	125,3	3,5	3,7	25,4
	батон с маслом и сыром	60	15	84,6	9,2	12	24
Обед	зеленый горошек	60	10	55	1,8	0,5	4,9
	суп картофельный с бобовыми	200	16,97	118,6	6,2	3,7	18,4
	тефтеля с соусом	130	64	172	9,9	13,1	9,3
	макароны с маслом	200	14	185,4	6,2	5,6	42,2
	чай с лимоном	200	7	37	0,1	0	9,3
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
	хлеб	40	3	64,8	2,3	0,9	14,6
Полдник	булочка ванильная	50	23	166	3,5	1,4	34,8
	какао с молоком	200	12	125,3	3,5	3,7	25,4
	яблоко	100	25	44	0,4	0,4	9,8

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанец  
Керимова Д.Г.



Меню на 04.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	макароны с сыром	220	21	201,5	27,1	5,2	44,6
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	батон с маслом	50	10	128	7,3	8,6	24
Обед	икра баклажанная	60	10	119	1,8	8,8	7,7
	суп картофельный с фрикадельками	200	19,97	130,2	4,9	5,3	19,8
	гуляш	90	69	143,7	15	5	12,3
	каша гречневая с маслом	200	16	152,4	9,5	7,4	45
	компот из с/ф	200	10	102,5	0,3	0,1	29,8
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
Полдник	сдоба обыкновенная	50	23	124	4	1,4	29,3
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	йогурт	95	28	85	2,5	1,2	16

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанец  
Керимова Д.Г.



Меню на 05.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша рисовая молочная	200	17	143,5	6	7,4	21
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	батон с маслом и сыром	60	15	84,6	9,2	12	24
Обед	огурец соленый	60	10	55	0,5	2,5	0,8
	суп с рыбными консервами	200	19,97	115	8,6	3,4	16
	котлета рыбная	90	71	175,4	14,7	10,8	6,2
	картофельное пюре	200	18	152,1	3,5	6,4	25,1
	кисель из концентрата	200	10	34,7	0,5	0,2	8,7
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
Полдник	пирожок печенный	50	20	109	3,2	2,7	17,9
	компот из с/ф	200	10	102,5	0,3	0,1	29,8
	груша	100	21	44	0,4	0,4	9,8

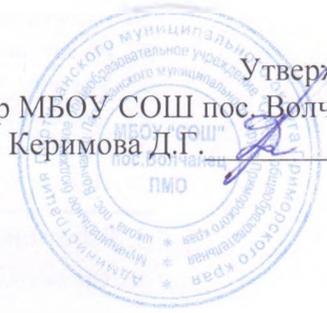
Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанец  
Керимова Д.Г.



Меню на 06.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	пельмени с маслом	200	25	216,5	6,2	5,6	42,2
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,11
	батон с сыром	60	10	84,6	9,2	12	24
Обед	кукуруза консервированная	60	10	55	1,8	0,5	4,9
	рассольник	200	17,97	149,6	5,1	11,3	32,4
	фрикадельки с соусом	90	66	142	16	6	6
	рис отварной с маслом	200	15	124,6	4,1	5,6	45,6
	компот из с/ф	200	10	102,5	0,3	0,1	29,8
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
Полдник	макароны с сыром	220	21	201,5	27,1	5,2	44,6
	какао с молоком	200	12	125,3	3,5	3,7	25,4
	яблоко	100	25	44	0,4	0,4	9,8

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанец  
Керимова Д.Г.



Меню на 09.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша пшеничная молочная	200	18	177	7,5	9,8	21,6
	какао с молоком	200	12	125,3	3,5	3,7	25,4
	батон с маслом и сыром	60	15	84,6	9,2	12	24
Обед	огурец соленый	60	10	55	0,5	2,5	0,8
	суп с рыбными консервами	200	19,97	115	8,6	3,4	16
	пельмени с маслом	290	72	216,5	6,2	5,6	42,2
	кисель из концентрата	200	10	34,7	0,5	0,2	8,7
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
Полдник	булочка ванильная	50	23	166	3,5	1,4	34,8
	какао с молоком	200	12	125,3	3,5	3,7	25,4
	яблоко	100	25	44	0,4	0,4	9,8

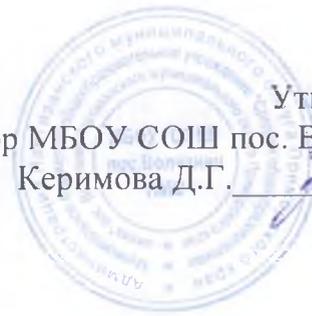
Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанск  
Керимова Д.Г.



Меню на 10.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша рисовая молочная	200	17	143,5	6	7,4	21
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	батон с маслом и сыром	60	15	84,6	9,2	12	24
Обед	зеленый горошек	60	10	55	1,8	0,5	4,9
	суп картофельный с бобовыми	200	16,97	118,6	6,2	3,7	18,4
	жаркое по - домашнему	280	87	206	19,2	17,3	27,8
	компот из с/ф	200	10	102,5	0,3	0,1	29,8
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
Полдник	сдоба обыкновенная	50	23	124	4	1,4	29,3
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	йогурт	95	28	85	2,5	1,2	16

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ пос. Волчанец  
Керимова Д.Г.



Меню на 11.06.2025 г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша манная молочная	200	18	129,6	17,5	9,1	42,3
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	батон с маслом и сыром	60	15	84,6	9,2	12	24
Обед	икра кабачковая	60	10	102,5	1,8	8,8	7,7
	борщ	200	18,97	119,7	5,2	12,4	45,6
	гуляш	90	69	143,7	15	5	12,3
	макароны с маслом	200	14	185,4	6,2	5,6	42,2
	компот из с/ф	200	10	102,5	0,3	0,1	29,8
	хлеб	40	3	64	2,7	0,9	16,7
	хлеб	40	3	64,8	2,3	0,9	14,6
Полдник	вагрушка с повидлом	50	23	166	3,5	1,4	34,8
	чай с сахаром	200	5	35	0,1	0	9,1
	банан	100	29	95	1,5	0,5	21