

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕНЕРАЛ-ЛЕЙТЕНАНТА В.Г. АСАПОВА С.КАЛИНИНО МАЛМЫЖСКОГО РАЙОНА КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Юридический адрес: 612927, Кировская область, Малмыжский район,

с. Калинино, ул. Пролетарская, дом 111

Фактический адрес: Кировская область, Малмыжский район, с. Калинино, ул. Пролетарская, д.111;

612937, Кировская область, Малмыжский район, д.Ст.Буртек, ул.Школьная, д.3.

☎ тел.(факс):
8(83347) 2-62-04

тел. 8(83347) 2-21-09



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

учащихся с 11 – 18 лет МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова
с. Калинино Малмыжского района Кировской области
на осенне-зимний период 2024 – 2025 учебного года

Составлено на основании сборника технологических нормативов,
рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания

Издание второе,
исправленное и дополненное

Уфа
ИП Поляковский Ю.И.
2010

Составила:
Повар  /Лапшина Н.П./

Школа МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино

Отд./корп

День

первый

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	124	Суп щи из свежей капусты с картофелем	250\10		91	2	6	8
	2 блюдо		Котлета куриная непанированная из филе	58		104	18	1	5
	гарнир	311	Каша молочная "Дружба"	250\7		291	8	11	41
	сладкое	685	Чай с сахаром	200		35	0	0	9
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15
ИТОГО						676	29	19	78

Школа	МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино			Отд./корп	День		второй		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	38	Суп картофельный с макаранными изделиями	250		111	3	3	19
	2 блюдо	374	Рыба тушеная в томате с овощами	120\60		259	28	14	6
	гарнир	520	Картофельное пюре	220		203	5	7	29
	сладкое'	639	Компот из смеси сухофруктов	200		121	1	0	31
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15
			ИТОГО			849	38	25	100

Школа	МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино				Отд./корп	День				третий
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска									
	1 блюдо	134	Суп крестьянский с крупой	250\10		105	2	5	12	
	2 блюдо	173	Каша гречневая рассыпчатая	250\7		401	14	9	63	
	гарнир		Котлета куриная непанированная из филе	58		104	18	1	5	
	сладкое	283	Чай с сахаром	200		35	0	0	9	
	хлеб бел.	149	Соус томатный	50		34	1	2	3	
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15	
			ИТОГО			834	36	18	107	

Школа		МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино			Отд./корп		День		четвертый
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	132	Суп рассольник "Ленинградский"	250\10		119	2	5	15
	2 блюдо	297	Каша рисовая рассыпчатая	250\7		334	6	7	63
	гарнир	45	Бедро куриное	100		276	24	20	0
	сладкое	686	Чай с лимоном и сахаром	200		37	0	0	9
	хлеб бел.	593	Соус томатный	50		34	1	2	3
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15
ИТОГО						955	34	35	105

Школа МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино

Отд./корп

День

пятый

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2									
	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	110	Борщ из капусты и картофеля	250\ 10		105	2	6	12
	2 блюдо	212	Макаронные изделия отварные	220\8		295	8	7	48
	гарнир	32	Гуляш из куриного филе	100\75		203	24	20	6
	сладкое	685	Чай с сахаром	200		35	0	0	9
	хлеб бел.		Хлеб	70		155	1	1	15
	хлеб черн.								
ИТОГО						793	35	34	90

Школа		МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино			Отд./корп		День		шестой	
Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		гор.блюдо								
		гор.напиток								
		хлеб								
Завтрак 2										
		фрукты								
Обед		закуска								
		1 блюдо	140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		111	3	3	19
		2 блюдо		Котлета куриная непанированная из филе	58		104	18	1	5
		гарнир	302	Каша рисовая молочная вязкая	250\7		321	7	10	50
		сладкое	685	Чай с сахаром	200		35	0	0	9
		хлеб бел.								
		хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15
							726	29	15	98
				ИТОГО						

Школа МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино

Отд./корп

День

седьмой

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем	250\10		105	2	6	12
	2 блюдо	333	Макаронные изделия отварные	220\8		295	8	7	48
	гарнир		Фрикадельки куриные с луком 1\30	90		103	20	2	1
	сладкое	593	Соус томатный	50		34	1	2	3
	хлеб бел.	686	Чай с лимоном и сахаром	200		37	0	0	9
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15
			ИТОГО			729	32	18	88

Школа	МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино				Отд./корп	День				восьмой
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска									
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем	250\10		91	2	6	8	
	2 блюдо		Котлета куриная непанированная из филе	58		104	18	1	5	
	гарнир	297	Каша гречневая рассыпчатая	250\7		401	14	9	63	
	сладкое	685	Чай с сахаром	200		35	0	0	9	
	хлеб бел.		Соус томатный	50		34	1	2	3	
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15	
			ИТОГО			825	27	28	95	

Школа МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино

Отд./корп

День

девятый

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	140	Суп картофельный с домашней лапшой	250		110	3	3	18
	2 блюдо	591	Гуляш из курицы	100\75		203	24	20	6
	гарнир	520	Картофельное пюре	220		203	5	7	29
	сладкое	693	Компот из смеси сухофруктов	200		121	1	0	31
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15
			ИТОГО			792	34	31	99

Школа МКОУ СОШ имени генерал-лейтенанта В.Г.Асапова с.Калинино

Отд./корп

День

десятый

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2									
	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	132	Суп рассольник "Ленинградский"	250\10		119	2	5	15
	2 блюдо	45	Бедро куриное	100		276	24	20	0
	гарнир	297	Каша рисовая рассыпчатая	250\7		334	6	7	61
	сладкое	686	Чай с лимоном и с сахаром	200		37	0	0	9
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб	70		155	1	1	15
		593	Соус томатный	50		34	1	2	3
			ИТОГО			955	34	35	103