Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Березниковская средняя школа имени Героя Советского Союза Коробова Вадима Константиновича»
(МБОУ «Березниковская средняя школа имени Коробова В.К.»)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Березниковская средняя
школа имени Коробова В.К.»
Г.А. Воеводкина
28.08.2026

Меню приготавливаемых блюд

муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Березниковская средняя школа имени Героя Советского Союза Коробова Вадима Константиновича»

Период: 10 дней

Возрастная группа: 7-11 лет

Школа МБОУ "Б

Утвердил: должность директор школы

фамилия Воеводкина Г.А,

дата ____ ____ ____

день месяц год

Примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	2							
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Обед	закуска	Помидор в нарезке	60	0,4	0	2,5	11,5	54-3з-2020	25,88
			1 блюдо	Суп картофельный с горохом	200	6,6	2,6	4,3	79,8	54-8с-2020	14,8
			2 блюдо	Биточка мясная с соусом	100	15	18	5	290	54-6м-202	42,85
			гарнир	Макароны отварные	150	5,4	0,6	34,95	174,5	54-1г-2020	11,6
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	ПР	15,9
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,3	52,2	ПР	3,45
			итого		740	30,38	21,76	79,25	700		
1	1	**Итого за день:**			740	30,38	21,76	79,25	700		114,48
1	2	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0

1	2	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	60	1,08	0,18	3,78	19,8	54-13з-2020	23,98
			1 блюдо	Щи из свежей капусты	200	7	3	6	180	54-1с-2020	23
			2 блюдо	Котлета из куры с соусом	90	17,3	2,2	4,9	209,84	54-5м-2020	44,1
			гарнир	Пюре картофельное	150	2,85	4,13	25,2	165	54-11г-2020	11,7
			напиток	Компот из кураги	200	0,12	0	15,2	67	54-5хн-2020	8,3
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,3	58,36	ПР	3,4
			итого		730	30,33	9,87	67,38	700		
1	2	**Итого за день:**			730	30,33	9,87	67,38	700		114,48
1	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	3	Обед	закуска	Огурец в нарезке	90	0,63	0,09	1,71	9,9	54-2з-2020	6,28
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты	200	3,8	4	10	191,6	54-2с-2020	28,8
			2 блюдо	Плов из отварной говядины	150	8,55	8,4	32,1	261,5	54-11м-2020	60
			напиток	Кисель из ягод	200	0	0	25	97,8	54-12хн-2020	12,6
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,63	70,14	ПР	3,4
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	12,82	68,97	ПР	3,4
			итого		700	17,03	13,12	82,26	699,91		114,48
1	3	**Итого за день:**			700	17,03	13,12	82,26	699,91		114,48
1	4	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								

			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0			0
1	4	Обед	закуска	Овощи нарезкой	60	0,5	0	1,8	9,1	54-2з-2020		
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изд.	200	3	2,2	16,6	108	54-19к-2020		
			2 блюдо	Птица или кролик тушеные в соусе	90	24,12	7,74	0,99	200,55	487		
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,1	0,9	29,85	138	54-4г-2020		
			напиток	Компот из яблок	200	0,4	0,4	44,6	186	54-4хн-2020		
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	12,82	68,97	ПР		
			итого		730	34,8	11,57	106,66	710,62			
1	4	**Итого за день:**			730	34,8	11,57	106,66	710,62			114,48
1	5	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0			0
1	5	Обед	закуска	Огурец соленый	70	0,91	0,21	3,71	21,7	54-3з-2020		
			1 блюдо	Рассольник ленинградский с крупой	200	6,2	2,4	17	215	54-3с-2020		
			2 блюдо	Запеканка картофельная с мясом	200	14,6	11,4	29,8	281,2	478		
			гарнир									
			напиток	Компот из чернослив	200	0,8	0,2	27,2	117,8	54-3хн-2020		
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	12,82	68,97	ПР		

			итого		700	24,19	14,54	90,53	704,67		
1	5	**Итого за день:**			700	24,19	14,54	90,53	704,67		114,48
2	1	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Обед	закуска	Овощи нарезкой	60	0,5	0	1,8	9,1	54-2з-2020	
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	200	6,6	2,6	8,6	122	54-8с-2020	
			2 блюдо	Котлета мясная с соусом	100	15	18	5	240	54-6м-2020	
			гарнир	Макароны отварные	150	5,4	0,6	34,95	168	54-1г-2020	
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	12,82	68,97	ПР	
			итого		740	30,18	21,73	83,37	700,07		
2	1	**Итого за день:**			740	30,18	21,73	83,37	700,07		114,48
2	2	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	2	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	90	1,62	0,27	5,67	29,7	54-2з-2020	
			1 блюдо	Суп молочный с рисом	200	4,4	5,6	15	123,8	54-18к-2020	
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему	150	12,63	8,92	9,18	221,4	54-9м-2020	

			напиток	Компот из яблок	200	0,4	0,4	44,6	186	54-4хн-2020	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,63	70,14	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	12,82	68,97	ПР	
			итого		700	23,1	15,82	87,9	700,01		
2	2	**Итого за день:**			700	23,1	15,82	87,9	700,01		114,48
2	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Обед	закуска	Помидор в нарезке	60	0,4	0	2,5	11,5	54-3з-2020	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты	200	3,8	4	10	141,6	54-2с-2020	
			2 блюдо	Птица или кролик тушеные в соусе	90	24,12	7,74	0,99	220,55	487	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,1	0,9	29,85	138	54-4г-2020	
			напиток	Компот из кураги	200	1,8	0	28,6	121,4	54-5хн-2020	
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	12,82	68,97	ПР	
			итого		730	36,9	12,97	84,76	702,02		0
2	3	**Итого за день:**			730	36,9	12,97	84,76	702,02		114,48
2	4	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								

		Среднее значение за период:	724	27,729	14,9	84,991	702,004		

			итого		555	15,23	12,592	62,2	470	
2	4	Обед	закуска							
			1 блюдо	борщ из капусты с картофелем	250	4,53	10,33	18,45	187	82
			2 блюдо	жаркое по-домашнему	175	12,3	29,5	16,58	383	259
			гарнир							
			напиток	компот из вишни	200	0,07	0,04	23,18	111,6	351
			хлеб бел.							
			хлеб черн.	хлеб	35	2,9	0,56	9,8	56	
				пирожок с яблоками	75	3,5	3,85	28,87	164	470
			итого		735	23,3	44,28	96,88	901,6	
2	4	**Итого за день:**			1290	38,53	56,872	159,08	1371,6	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	каша вязкая пшеничная молочная с сахаром	210	6,03	3,47	42,23	225	181
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,07	0,002	15	60	376
			хлеб	хлеб пшеничный	35	2,9	0,56	9,8	70	
			фрукты	апельсин	100	0,64	0,11	6,11	74	338
				булочка дорожная	55	3,39	6,98	20,56	160,5	425
			итого		600	13,03	11,122	93,7	589,5	
2	5	Обед	закуска							
			1 блюдо	суп картофельный с фасолью	250	5,49	5,27	16,53	148,25	102
			2 блюдо	кура отварная	100	9,82	8,23	16,45	179	288
			гарнир	макароны отварные с маслом	150	5,1	7,5	28,5	201,9	309
			напиток	сок фруктовый	200	1,47	0	22,8	97	389
			хлеб бел.							
			хлеб черн.	хлеб	70	6	1,12	19,6	112	
			итого		770	27,88	22,12	103,88	738,15	
2	5	**Итого за день:**			1370	40,91	33,242	197,58	1327,65	
		Среднее значение за период:			1340,5	42,163	43,223	184,89	1353,06	