

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

12.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше (зимне-весенний), 1пп)

Меню с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 45 | Бутерброды с джемом или повидлом | Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4 | = |
| 220 | Каша "Дружба" | Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 150 | Фрукты свежие (яблоки) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-547, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-97, ВитаминА-63, ВитаминС-16, Магний-48 | 107-93 |
| Обед | | | |
| 100 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15 | = |
| 250 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26 | = |
| 130 | Тефтели из говядины в молочном соусе | Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 180 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35, ВитаминА-41, Магний-11 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-961, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-128, ВитаминА-41, ВитаминС-21, Магний-85 | 107-93 |
| Итого за день | | Калорийность-1 508, Белки-44, Жиры-47, Углеводы-225, ВитаминА-104, ВитаминС-37, Магний-133 | |



Протасова А.А.

Заведующая
столовой

[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

12.02.2024(С.школа с 12 лет и
старше(зимне-весенний), 1пп)

Меню ОВЗ с12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 45 | Бутерброды с джемом или повидлом | Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4 | = |
| 220 | Каша "Дружба" | Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 150 | Плоды свежие(яблоки) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-547, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-97, ВитаминА-63, ВитаминС-16, Магний-48 | |
| Обед | | | |
| 100 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15 | = |
| 250 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26 | = |
| 130 | Тефтели из говядины в молочном соусе | Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 180 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35, ВитаминА-41, Магний-11 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-961, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-128, ВитаминА-41, ВитаминС-21, Магний-85 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 508, Белки-44, Жиры-47, Углеводы-225, ВитаминА-104, ВитаминС-37, Магний-133 | 157-18 |



Протасова А. А..

Заведующая
столовой

(Handwritten signature)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

12.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1пн)

Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 45 | Бутерброды с джемом или повидлом | Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4 | = |
| 200 | Каша "Дружба" | Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| 150 | Плоды свежие(яблоки) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-481, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-85, ВитаминА-59, ВитаминС-16, Магний-42 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20 | = |
| 120 | Тефтели из говядины в молочном соусе | Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-737, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-97, ВитаминА-34, ВитаминС-16, Магний-67 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 219, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-182, ВитаминА-93, ВитаминС-32, Магний-109 | 142-85 |



ИП Протасова А. А..

Заведующая
столовой

[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

12.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1пп)

Меню с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 45 | Бутерброды с джемом или повидлом | Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4 | = |
| 200 | Каша "Дружба" | Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| 150 | Плоды свежие(яблоки) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-481, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-85, ВитаминА-59, ВитаминС-16, Магний-42 | 96-26 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20 | = |
| 120 | Тефтели из говядины в молочном соусе | Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-737, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-97, ВитаминА-34, ВитаминС-16, Магний-67 | 96-26 |
| Итого за день | | Калорийность-1 219, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-182, ВитаминА-93, ВитаминС-32, Магний-109 | |



ИП Протасова А. А.

Заведующая
столовой

Аленя

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

13.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1вт)

Меню ОБЗ с12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Овощи консервированные отварные (кукуруза) | Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминаА-18, ВитаминС-2, Магний-18 | = |
| 200 | Омлет натуральный | Калорийность-262, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-4, ВитаминаА-347, ВитаминС-1, Магний-25 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| 40 | Пряники | Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-707, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-83, ВитаминаА-384, ВитаминС-4, Магний-77 | |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из свеклы отварной/2013 | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6, Магний-19 | = |
| 250/10 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-22 | = |
| 100 | Котлеты из птицы припущенные | Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминаА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19 | = |
| 180 | Пюре картофельное | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминаА-36, ВитаминС-5, Магний-30 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-61, Углеводы-15, ВитаминС-3, Магний-2 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-753, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-91, ВитаминаА-41, ВитаминС-34, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-98 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 460, Белки-60, Жиры-59, Углеводы-174, ВитаминаА-425, ВитаминС-38, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-175 | 157-18 |



ИП Протасова А.А.

Заведующая столовой

Handwritten signature of the dining room manager.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савийская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

13.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1вт)

Меню с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Овощи консервированные отварные (кукуруза) | Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18 | = |
| 200 | Омлет натуральный | Калорийность-262, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-4, ВитаминА-347, ВитаминС-1, Магний-25 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| 40 | Пряники | Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-707, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-83, ВитаминА-384, ВитаминС-4, Магний-77 | 107-93 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из свеклы отварной/2013 | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6, Магний-19 | = |
| 250/10 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-22 | = |
| 100 | Котлеты из птицы припущенные | Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19 | = |
| 180 | Пюре картофельное | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-61, Углеводы-15, ВитаминС-3, Магний-2 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-753, Белки-30, Жиры-31, Углеводы-91, ВитаминА-41, ВитаминС-34, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-98 | 107-93 |
| Итого за день | | Калорийность-1 460, Белки-60, Жиры-59, Углеводы-174, ВитаминА-425, ВитаминС-38, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-175 | |



ИП Протасова А.А.

Заведующая столовой

Антон

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

13.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1вт)

Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 60 | Овощи консервированные отварные (кукуруза) | Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11 | = |
| 160 | Омлет натуральный | Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Пряники | Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-582, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-70, ВитаминА-308, ВитаминС-2, Магний-63 | |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200/5 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18 | = |
| 90 | Котлеты из птицы припущенные | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-61, Углеводы-15, ВитаминС-3, Магний-2 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-555, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-63, ВитаминА-35, ВитаминС-27, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-76 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 137, Белки-47, Жиры-46, Углеводы-133, ВитаминА-343, ВитаминС-29, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-139 | 136-18 |

ИП

Протасова А. А.

Заведующая
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

13.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1вт)

Меню с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 60 | Овощи консервированные отварные (кукуруза) | Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11 | = |
| 160 | Омлет натуральный | Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Пряники | Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-582, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-70, ВитаминА-308, ВитаминС-2, Магний-63 | 96-26 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200/5 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18 | = |
| 90 | Котлеты из птицы припущенные | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-61, Углеводы-15, ВитаминС-3, Магний-2 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-555, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-63, ВитаминА-35, ВитаминС-27, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-76 | 96-26 |
| Итого за день | | Калорийность-1 137, Белки-47, Жиры-46, Углеводы-133, ВитаминА-343, ВитаминС-29, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-139 | |



ИП

Протасова А.А.

Заведующая
столовой

Handwritten signature

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

14.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1ср)

Меню ОБЗ с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Котлеты Школьные | Калорийность-210, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-25, ВитаминС-1, Магний-21 | = |
| 200 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-193, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-39, Магний-11 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-584, Белки-28, Жиры-12, Углеводы-92, ВитаминА-25, ВитаминС-2, Магний-45 | |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из соленых огурцов с луком | Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2 | = |
| 250/10 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26 | = |
| 100 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-113, Белки-15, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминА-20, ВитаминС-3, Магний-35 | = |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-775, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-94, ВитаминА-49, ВитаминС-14, Магний-189 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 359, Белки-60, Жиры-34, Углеводы-186, ВитаминА-74, ВитаминС-16, Магний-234 | 157-18 |

ИП Протасова А.А.

Заведующая столовой



(Handwritten signature)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

14.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1ср)

Меню с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Котлеты Школьные | Калорийность-210, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-25, ВитаминС-1, Магний-21 | = |
| 200 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-193, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-39, Магний-11 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-584, Белки-28, Жиры-12, Углеводы-92, ВитаминА-25, ВитаминС-2, Магний-45 | 107-93 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из соленых огурцов с луком | Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2 | = |
| 250/10 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26 | = |
| 100 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-113, Белки-15, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминА-20, ВитаминС-3, Магний-35 | = |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-775, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-94, ВитаминА-49, ВитаминС-14, Магний-189 | 107-93 |
| Итого за день | | Калорийность-1 359, Белки-60, Жиры-34, Углеводы-186, ВитаминА-74, ВитаминС-16, Магний-234 | |

ИП

Протасова А.А.

Заведующая
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

14.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1ср)

Меню с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 90 | Котлеты Школьные | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-515, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-80, ВитаминА-22, ВитаминС-2, Магний-40 | 96-26 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из соленых огурцов с луком | Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1 | = |
| 200/10 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-92, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21 | = |
| 90 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, ВитаминА-18, ВитаминС-3, Магний-32 | = |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-587, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-69, ВитаминА-42, ВитаминС-12; Магний-160 | 96-26 |
| Итого за день | | Калорийность-1 102, Белки-50, Жиры-28, Углеводы-149, ВитаминА-64, ВитаминС-14, Магний-200 | |

ИП

Протасова А.А.

Заведующая
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

14.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1ср)

Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 90 | Котлеты Школьные | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8 | = |
| 200 | Чай с лимоном | Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-515, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-80, ВитаминА-22, ВитаминС-2, Магний-40 | |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из соленых огурцов с луком | Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1 | = |
| 200/10 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-92, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21 | = |
| 90 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, ВитаминА-18, ВитаминС-3, Магний-32 | = |
| 150 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-587, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-69, ВитаминА-42, ВитаминС-12, Магний-160 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 102, Белки-50, Жиры-28, Углеводы-149, ВитаминА-64, ВитаминС-14, Магний-200 | 136-18 |



ИП Протасова А.А.

Заведующая
столовой

Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

15.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
 (зимне-весенний), 1чт)

Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 200 | Каша пшеничная молочная жидкая | Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 80 | Булочка российская | Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-634, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-107, ВитаминА-56, ВитаминС-2, Магний-55 | |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из квашеной капусты с луком | Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофелем с макаронными изделиями | Калорийность-88, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5 | = |
| 180 | Рагу из птицы | Калорийность-255, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-569, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-67, ВитаминС-27, Магний-57 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 203, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-174, ВитаминА-56, ВитаминС-29, Магний-112 | 136-18 |

ИП Протасова А. А.

Заведующая
столовой



Антонина

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

15.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1чт)

Меню с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|--|
| Завтрак | | | |
| 200 | Каша пшеничная молочная жидкая | Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 80 | Булочка российская | Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8 | = |
| Итого за Завтрак | | | 96-26 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из квашеной капусты с луком | Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофелем с макаронными изделиями | Калорийность-88, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5 | = |
| 180 | Рагу из птицы | Калорийность-255, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| Итого за Обед | | | 96-26 |
| Итого за день | | | Калорийность-1 203, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-174, ВитаминА-56, ВитаминС-29, Магний-112 |



ИП Прогасова А.А.

Заведующая
столовой

Handwritten signature

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

15.02.2024 (С.школа с 12 лет и
старше(зимне-весенний), 1чт)

Меню ОБЗ с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 220 | Каша пшеничная молочная жидкая | Калорийность-199, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-30 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 100 | Булочка российская | Калорийность-338, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-59, Магний-10 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-719, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-121, ВитаминА-60, ВитаминС-2, Магний-59 | |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из квашеной капусты с луком | Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15 | = |
| 250 | Суп картофелем с макаронными изделиями | Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6 | = |
| 200 | Рагу из птицы | Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-12, Магний-45 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-738, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-89, ВитаминС-37, Магний-70 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 458, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-210, ВитаминА-60, ВитаминС-39, Магний-129 | 157-18 |



ИП Протасова А.А.

Заведующая
столовой

Handwritten signature

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

15.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше (зимне-весенний), 1чт)

Меню с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 220 | Каша пшеничная молочная жидкая | Калорийность-199, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-30 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 100 | Булочка российская | Калорийность-338, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-59, Магний-10 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-719, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-121, ВитаминА-60, ВитаминС-2, Магний-59 | 107-29 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из квашеной капусты с луком | Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15 | = |
| 250 | Суп картофелем с макаронными изделиями | Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6 | = |
| 200 | Рагу из птицы | Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-12, Магний-45 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-738, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-89, ВитаминС-37, Магний-70 | 107-29 |
| Итого за день | | Калорийность-1 458, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-210, ВитаминА-60, ВитаминС-39, Магний-129 | |



ИП Протасова А. А.

Заведующая столовой

[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

16.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1шт)

Меню ОВЗ с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Биточки из птицы припущенные | Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 180 | Пюре картофельное | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| 40 | Вафли | Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-642, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-95, ВитаминА-97, ВитаминС-6, Магний-61 | |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из свеклы с солеными огурцами | Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7, ВитаминС-6, Магний-19 | = |
| 250 | Суп с рыбными консервами | Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-48 | = |
| 100 | Шницель рубленый | Калорийность-229, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-16 | = |
| 180 | Капуста тушеная | Калорийность-113, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-7, ВитаминС-31, Магний-43 | = |
| 200 | Компот из яблок и ягод замороженных | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-876, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-97, ВитаминС-54, Магний-120 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 518, Белки-65, Жиры-54, Углеводы-192, ВитаминА-97, ВитаминС-60, Магний-181 | 157-18 |



Протасова А.А.

Заведующая
столовой

Александр Протасов

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

16.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1шт)

Меню с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 100 | Биточки из птицы припущенные | Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 180 | Пюре картофельное | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| 40 | Вафли | Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-642, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-95, ВитаминА-97, ВитаминС-6, Магний-61 | 107-93 |
| Обед | | | |
| 100 | Салат из свеклы с солеными огурцами | Калорийность-124, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7, ВитаминС-6, Магний-19 | = |
| 250 | Суп с рыбными консервами | Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-48 | = |
| 100 | Шницель рубленый | Калорийность-229, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-16 | = |
| 180 | Капуста тушеная | Калорийность-113, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-7, ВитаминС-31, Магний-43 | = |
| 200 | Компот из яблок и ягод замороженных | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-876, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-97, ВитаминС-54, Магний-120 | 107-93 |
| Итого за день | | Калорийность-1 518, Белки-65, Жиры-54, Углеводы-192, ВитаминА-97, ВитаминС-60, Магний-181 | |



Протасова А.А.

Заведующая
столовой

Антонина

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Т. Модзгершвили

16.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1пт)

Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 90 | Биточки из птицы припущенные | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Вафли | Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52 | |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из свеклы с солеными огурцами | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200 | Суп с рыбными консервами | Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39 | = |
| 90 | Шницель рубленый | Калорийность-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14 | = |
| 150 | Капуста тушеная | Калорийность-95, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-26, Магний-36 | = |
| 200 | Компот из яблок и ягод замороженных | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-652, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-68, ВитаминС-44, Магний-93 | |
| Итого за день | | Калорийность-1 209, Белки-53, Жиры-43, Углеводы-150, ВитаминА-86, ВитаминС-49, Магний-145 | 136-18 |



ИП Протасова А.А.

Заведующая
столовой

Протасова А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

16.02.2024 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1шт)

Меню с 7-11 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|--|
| Завтрак | | | |
| 90 | Биточки из птицы припущенные | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 40 | Вафли | Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | | 96-26 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из свеклы с солеными огурцами | Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200 | Суп с рыбными консервами | Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39 | = |
| 90 | Шницель рубленый | Калорийность-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14 | = |
| 150 | Капуста тушеная | Калорийность-95, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-26, Магний-36 | = |
| 200 | Комлот из яблок и ягод замороженных | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10 | = |
| 20 | Хлеб пшеничный | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3 | = |
| Итого за Обед | | | 96-26 |
| Итого за день | | | Калорийность-1 209, Белки-53, Жиры-43, Углеводы-150, ВитаминА-86, ВитаминС-49, Магний-145 |



ИП Протасова А.А.

Заведующая
столовой

[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

17.02.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1сб)

Меню с 12 лет и старше

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------|---|--|-------------------------|
| Обед | | | |
| 100 | Салат из белокочанной капусты с морковью | Калорийность-137, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-38, ВитаминРР-1, Натрий-13, Магний-17 | = |
| 250/10 | Суп крестьянский с крупой со сметаной | Калорийность-129, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-15, ВитаминС-10, Магний-20 | = |
| 100 | Котлеты Школьные | Калорийность-210, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-25, ВитаминС-1, Магний-21 | = |
| 180 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35, ВитаминА-41, Магний-11 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-958, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-127, ВитаминА-69, ВитаминС-49, ВитаминРР-1, Натрий-13, Магний-69 | 107-93 |
| Итого за день | | Калорийность-958, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-127, ВитаминА-69, ВитаминС-49, ВитаминРР-1, Натрий-13, Магний-69 | |



ИП Прогасова А.А.

Заведующая столовой

Прогасова А.А.