

УТВЕРЖДАЮ

Директор А. ЮУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

28.03.2024 (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)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминаА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминаА-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	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-634, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-107, ВитаминаА-56, ВитаминС-2, Магний-55	<b>96-26</b>
<u>Обед</u>			
60	Салат из квашеной капусты с туком	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
180	Рагу из птицы	Калорийность-295, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-48, Углеводы-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржисной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-669, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-67, ВитаминС-27, Магний-57	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 303, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-174, ВитаминаА-56, ВитаминС-29, Магний-112	



ИП

Прогасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Stamp*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светлая средняя школа"

О.С. Мобзгвришвили

28.03.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
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	Булочки российская	Калорийность-338, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-59, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-719, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-121, ВитаминА-60, ВитаминС-2, Магний-59	<b>107-29</b>
<b>Обед</b>			
100	Салат из квашеной капусты с туком	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	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-738, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-89, ВитаминС-37, Магний-70	<b>107-29</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 458, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-210, ВитаминА-60, ВитаминС-39, Магний-129	



Прогасова А. А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Средняя школа"

О. Моблевнивили

28.03.2024 (С. школа с 12 лет и  
старше (зимне-весенний), 1чт)**Меню ОВЗ с 12 лет и старше**

Въ ход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
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	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-719, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-121, ВитаминА-60, ВитаминС-2, Магний-59	
<b><u>Обед</u></b>			
100	Салат из квашеной капусты с тукан	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15	=
250	Суп карто фелем с наварными изделиями	Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
200	Рис с курицы	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	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-738, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-89, ВитаминС-37, Магний-70	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 458, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-210, ВитаминА-60, ВитаминС-39, Магний-129	<b>157-18</b>

Прогасова А.А.

Заведующая  
столовой

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
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	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-634, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-107, ВитаминА-56, ВитаминС-2, Магний-55	
<b>Обед</b>			
60	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200	Суп картофелем с мякотными изделиями	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
180	Рыба отварная	Калорийность-295, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-48, Углеводы-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-669, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-67, ВитаминС-27, Магний-57	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 303, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-174, ВитаминА-56, ВитаминС-29, Магний-112	<b>136-18</b>



Заведующая столовой *Ширшова*



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор № 40У "Совинская средняя школа"  
 О.Г. Модзгеришвили

29.03.2024 (Н.школа 7-11 лет  
 (зимне-весенний), 1пт)

## Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Биточки из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминаА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<b>Чай каркаде</b>	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминаА-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	<b>Вафли</b>	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминаА-86, ВитаминС-5, Магний-52	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-3, Магний-11	=
200	<b>Суп с рыбными консервами</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
90	<b>Шницель рубленый</b>	Калорийность-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14	=
150	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-95, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-26, Магний-36	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-652, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-68, ВитаминС-44, Магний-93	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 209, Белки-53, Жиры-43, Углеводы-150, ВитаминаА-86, ВитаминС-49, Магний-145	



П.И. Гюгасова А.А.

Заведующая  
столовой

*[Handwritten signature]*

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

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



III Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*



## Меню с 12 лет и старше

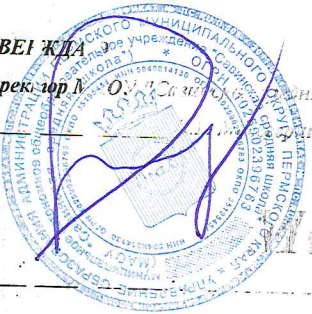
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
100	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, Витамина А-58, Витамин С-1, Магний-19	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122,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



Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*

29.03.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
100	Блины из пшеницы 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 сладкий	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	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-642, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-95, Витамина-97, ВитаминС-6, Магний-61	
<b>Обед</b>			
100	Суп из овощей с соевыми бобами	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	Каша овсяная 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 пшеничный	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-876, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-97, ВитаминС-54, Магний-120	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 518, Белки-65, Жиры-54, Углеводы-192, Витамина-97, ВитаминС-60, Магний-181	<b>157-18</b>



Заведующая столовой *[Signature]*



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор АООТ "Средняя общеобразовательная школа № 11" *Иванов*



31.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1ср)

## 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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	Каша овсяная Школьные	Калорийность-210, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-25, ВитаминС-1, Магний-21	=
200	Магний-содержащие изделия отечественного производства	Калорийность-193, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-39, Магний-11	=
200	Чай зеленый с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-584, Белки-28, Жиры-12, Углеводы-92, ВитаминА-25, ВитаминС-2, Магний-45	
<b><u>Обед</u></b>			
100	Салат из соевых огуцов 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 из минтая	Калорийность-113, Белки-15, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминА-20, ВитаминС-3, Магний-35	=
180	Каша пшеничная 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 пшеничный	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-775, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-94, ВитаминА-49, ВитаминС-14, Магний-189	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 359, Белки-60, Жиры-34, Углеводы-186, ВитаминА-74, ВитаминС-16, Магний-234	<b>157-18</b>



Иванова А.А.

Заведующая столовой

*Иванова*



«...ская школа»  
...инвили

31.01.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
100	Котлеты Школьные	Калорийность-210, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминаА-25, ВитаминС-1, Магний-21	=
200	Макароны с соусом	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	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-584, Белки-28, Жиры-12, Углеводы-92, ВитаминаА-25, ВитаминС-2, Магний-45	<b>107-93</b>
<b>Обед</b>			
100	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250/10	Борщ с капустой и картошкой со сметаной	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
100	Жюльен рыбный витаминный	Калорийность-113, Белки-15, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминаА-20, ВитаминС-3, Магний-35	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминаА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-775, Белки-32, Жиры-22, Углеводы-94, ВитаминаА-49, ВитаминС-14, Магний-189	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 359, Белки-60, Жиры-34, Углеводы-186, ВитаминаА-74, ВитаминС-16, Магний-234	



ИП ...васова А.А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*





Средняя школа"  
г. Магнитогорск

31.01.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
90	Комплеты 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	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-515, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-80, Витамина-22, ВитаминС-2, Магний-40	
<b>Обед</b>			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-41, 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-165, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, Витамина-18, ВитаминС-3, Магний-32	=
150	Кисель 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	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-655, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-69, Витамина-42, ВитаминС-12, Магний-160	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 170, Белки-50, Жиры-28, Углеводы-149, Витамина-64, ВитаминС-14, Магний-200	<b>136-18</b>



Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Средняя школа"  
 Звержишвили

31.01.2024 (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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<i>Котлеты Школьные</i>	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС- 1, Магний-5	=
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-515, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-80, ВитаминаА-22, ВитаминС-2, Магний-40	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<i>Салат из соленых огурцов с луком</i>	Калорийность-41, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200/10	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</i>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
90	<i>Шницель рыбный натуральный</i>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, ВитаминаА-18, ВитаминС-3, Магний-32	=
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминаА-24, Магний-89	=
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-655, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-69, ВитаминаА-42, ВитаминС-12, Магний-160	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 170, Белки-50, Жиры-28, Углеводы-149, ВитаминаА-64, ВитаминС-14, Магний-200	



ИП Матасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Матасова*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светлая средняя школа"

Эзгеришвили

01.02.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	<b>Булочки российская</b>	Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-634, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-107, ВитаминА-56, ВитаминС-2, Магний-55	
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200	<b>Суп картофелем с макаронными изделиями</b>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
180	<b>Рагу из птицы</b>	Калорийность-295, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-48, Углеводы-9, Магний-4	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-669, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-67, ВитаминС-27, Магний-57	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 303, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-174, ВитаминА-56, ВитаминС-29, Магний-112	<b>136-18</b>



ИП Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

С.Б. Абдзгаршвили

01.02.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, Витамина-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамина-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	<b>Булочка российская</b>	Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-634, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-107, Витамина-56, ВитаминС-2, Магний-55	<b>96-26</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-95, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200	<b>Суп картофелем с макаронными изделиями</b>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
180	<b>Рагу из птицы</b>	Калорийность-295, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-48, Углеводы-9, Магний-4	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-669, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-67, ВитаминС-27, Магний-57	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 303, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-174, Витамина-56, ВитаминС-29, Магний-112	



ИП [подпись] Дроздова А.А.

Заведующая  
столовой

[подпись]



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Савиновская средняя школа"  
 Г.И. Пиршвили

01.02.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
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	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-719, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-121, ВитаминА-60, ВитаминС-2, Магний-59	
<b>Обед</b>			
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	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-738, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-89, ВитаминС-37, Магний-70	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 458, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-210, ВитаминА-60, ВитаминС-39, Магний-129	<b>157-18</b>

ИП



Иригасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Средняя школа"

Гришвили

01.02.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
220	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-199, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-30	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
100	<b>Булочка российская</b>	Калорийность-338, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-59, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-719, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-121, ВитаминА-60, ВитаминС-2, Магний-59	<b>107-29</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15	=
250	<b>Суп картофелем с макаронными изделиями</b>	Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
200	<b>Рагу из птицы</b>	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-12, Магний-45	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-738, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-89, ВитаминС-37, Магний-70	<b>107-29</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 458, Белки-47, Жиры-48, Углеводы-210, ВитаминА-60, ВитаминС-39, Магний-129	



Гротасова А. А.

Заведующая столовой

*Гротасова А. А.*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

02.01.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1пт)

## Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Биточки из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамина-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамина-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<b>Чай каркаде</b>	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамина-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	<b>Вафли</b>	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, Витамина-86, ВитаминС-5, Магний-52	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-3, Магний-11	=
200	<b>Суп с рыбными консервами</b>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
90	<b>Шницель рубленый</b>	Калорийность-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14	=
150	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-95, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-26, Магний-36	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-652, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-68, ВитаминС-44, Магний-93	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 209, Белки-53, Жиры-43, Углеводы-150, Витамина-86, ВитаминС-49, Магний-145	



И.П. Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

*[Handwritten signature]*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

02.01.2024 (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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<i>Биточки из птицы припущенные</i>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамина-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамина-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<i>Чай каркаде</i>	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамина-3	=
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	<i>Вафли</i>	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, Витамина-86, ВитаминС-5, Магний-52	
<b><u>Обед</u></b>			
60	<i>Салат из свеклы с солеными огурцами</i>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-3, Магний-11	=
200	<i>Суп с рыбными консервами</i>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
90	<i>Шницель рубленый</i>	Калорийность-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14	=
150	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-95, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-26, Магний-36	=
200	<i>Компот из яблок и ягод замороженных</i>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-652, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-68, ВитаминС-44, Магний-93	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 209, Белки-53, Жиры-43, Углеводы-150, Витамина-86, ВитаминС-49, Магний-145	<b>136-18</b>



ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

*Handwritten signature of the school canteen manager.*





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

02.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1пт)

## Меню с 12 лет и старше

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



ИП

Протасова А.А.

Заведующая столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Б. Модзгеришвили

02.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше(зимне-весенний), 1пт)

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



ИП

Протасова А.А.

Заведующая столовой

*Handwritten signature*



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ "Савинская средняя школа"  
О.Г. Модзгеришвили

29.01.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1пп)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
45	<b>Бутерброды с джемом или повидлом</b>	Калорийность-154, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4	=
200	<b>Каша "Дружба"</b>	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
150	<b>Плоды свежие(яблоки)</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-502, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-85, ВитаминА-59, ВитаминС-16, Магний-42	
<b>Обед</b>			
60	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
120	<b>Тефтели из говядины в молочном соусе</b>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-737, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-97, ВитаминА-34, ВитаминС-16, Магний-67	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 219, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-182, ВитаминА-93, ВитаминС-32, Магний-109	<b>136-85</b>



Заведующая  
столовой *Handwritten signature*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

29.01.2024 (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)
<b>Завтрак</b>			
45	<b>Бутерброды с джемом или повидлом</b>	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4	=
220	<b>Каша "Дружба"</b>	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-77, Углеводы-9, Магний-4	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-114, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
150	<b>Фрукты свежие(яблоки)</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-647, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-97, ВитаминА-63, ВитаминС-16, Магний-48	<b>107-93</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
130	<b>Тефтели из говядины в молочном соусе</b>	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35, ВитаминА-41, Магний-11	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-961, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-128, ВитаминА-41, ВитаминС-21, Магний-85	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 508, Белки-44, Жиры-47, Углеводы-225, ВитаминА-104, ВитаминС-37, Магний-133	



ИП Протасова А.А.

Заведующая столовой

*[Handwritten signature]*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

29.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше (зимне-весенний), 1пп)

## 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)
<b>Завтрак</b>			
45	Бутерброды с джемом или повидлом	Калорийность-164, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, Витамина А-20, Магний-4	=
220	Каша "Дружба"	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, Витамина А-43, Витамин С-1, Магний-34	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-77, Углеводы-9, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-114, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
150	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, Витамин С-15	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-647, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-97, Витамина А-63, Витамин С-16, Магний-48	
<b>Обед</b>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин С-7, Магний-15	=
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Витамин С-9, Магний-26	=
130	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, Витамин С-1, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35, Витамина А-41, Магний-11	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, Витамин С-4, Магний-8	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-961, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-128, Витамина А-41, Витамин С-21, Магний-85	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 508, Белки-44, Жиры-47, Углеводы-225, Витамина А-104, Витамин С-37, Магний-133	<b>157-18</b>



ИП Протасова А. А.

Заведующая столовой

*Handwritten signature*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мадзгаршвили

29.01.2024 (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-154, 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	Фрукты свежие(яблоки)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15	=
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>96-26</b>
<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	=
<b>Итого за Обед</b>			<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>			<b>Калорийность-1 219, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-182, ВитаминА-93, ВитаминС-32, Магний-109</b>



Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

*[Handwritten signature]*