

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Моздзеришвили

16.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пн)

## 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>			
45	<b>Бутерброд с сыром</b>	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-85, Углеводы-9, Магний-4	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
150	<b>Плоды свежие</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>96-26</b>
Калорийность-611, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-73, ВитаминА-37, ВитаминС-16, Магний-71			
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
90	<b>Котлеты из говядины</b>	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	<b>Рис с овощами</b>	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>			<b>96-26</b>
Калорийность-788, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-100, ВитаминС-26, Магний-106			
<b>Итого за день</b>			<b>Калорийность-1 399, Белки-43, Жиры-48, Углеводы-173, ВитаминА-37, ВитаминС-42, Магний-177</b>

ИП  Протасова А.А.

Кладовщик \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

17.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
 (зимне-весенний), 2вт)

## 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>			
90	<i>Кнели из птицы с рисом</i>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-189, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
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-610, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-56, ВитаминА-100, ВитаминС-2, Магний-122	<b>96-26</b>
<b>Обед</b>			
60	<i>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</i>	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200/5	<i>Свекольник со сметаной</i>	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	<i>Биточки рыбные</i>	Калорийность-112, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-112, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<i>Компот из свежих яблок</i>	Калорийность-105, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-620, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-62, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Магний-101	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 230, Белки-50, Жиры-38, Углеводы-118, ВитаминА-141, ВитаминС-15, Магний-223	

ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвришвили

18.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2ср)

## 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>			
15	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
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 ванильная</b>	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-112, ВитаминА-62, ВитаминС-3, Магний-67	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200/5	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-657, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-90, ВитаминА-53, ВитаминС-98, Магний-75	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 369, Белки-50, Жиры-41, Углеводы-202, ВитаминА-115, ВитаминС-101, Магний-142	

ИП  Протасова А.А.

Кладовщик \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвришвили

19.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2чт)

## 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>			
180	<i>Запеканка из творога</i>	Калорийность-372, Белки-38, Жиры-11, Углеводы-30, ВитаминА-77, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	<i>Молоко сгущенное</i>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10	=
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
50	<i>Печенье</i>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-811, Белки-47, Жиры-19, Углеводы-113, ВитаминА-77, ВитаминС-1, Магний-76	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
120	<i>Тефтели из говядины в молочном соусе</i>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18	=
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-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, Магний-14	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-726, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-77, ВитаминА-24, ВитаминС-11, Магний-171	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 537 Белки-73, Жиры-47, Углеводы-190, ВитаминА-101, ВитаминС- 12, Магний-247	

ИП

Протасова А.А.

Кладовщик





УТВЕРЖАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Т. Модзгеришвили

20.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2шт)

## 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>			
45	<b>Бутерброд с сыром</b>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
50	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-6, Магний-6	=
200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
200	<b>Чай каркаде</b>	Калорийность-76, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25, Магний-7	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-615, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-75, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-54	<b>96-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Овощи натуральные соленые (огурцы)</b>	Калорийность-28, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200/5	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	<b>Плов из отварной птицы</b>	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-623, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-67, ВитаминА-71, ВитаминС-21, Магний-87	<b>96-26</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 238, Белки-46, Жиры-47, Углеводы-142, ВитаминА-111, ВитаминС- 22, Магний-141	

ИП

Протасов А. А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мадзгаршвили

16.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пн)

## 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>			
45	<b>Бутерброд с сыром</b>	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	<b>Каша пшенная молочная жидкая</b>	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-85, Углеводы-9, Магний-4	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
150	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-611, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-73, ВитаминА-37, ВитаминС-16, Магний-71	
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
90	<b>Котлеты из говядины</b>	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	<b>Рис с овощами</b>	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-788, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-100, ВитаминС-26, Магний-106	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 399, Белки-43, Жиры-48, Углеводы-173, ВитаминА-37, ВитаминС-42, Магний-177	<b>136-18</b>



ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

17.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2вт)

## 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	<b>Кнели из птицы с рисом</b>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-189, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-610, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-56, ВитаминА-100, ВитаминС-2, Магний-122	
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</b>	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200/5	<b>Свекольник со сметаной</b>	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	<b>Биточки рыбные</b>	Калорийность-112, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-112, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-105, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-620, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-62, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Магний-101	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 230, Белки-50, Жиры-38, Углеводы-118, ВитаминА-141, ВитаминС-15, Магний-223	<b>136-18</b>

ИП



Протасова А. А.

Заведующая  
столовой \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

18.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2ср)

## 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>			
15	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
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 ванильная</b>	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-112, ВитаминА-62, ВитаминС-3, Магний-67	
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200/5	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-657, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-90, ВитаминА-53, ВитаминС-98, Магний-75	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 369, Белки-50, Жиры-41, Углеводы-202, ВитаминА-115, ВитаминС-101, Магний-142	<b>136-18</b>



ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

19.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2чт)

## 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>			
180	<b>Запеканка из творога</b>	Калорийность-372, Белки-38, Жиры-11, Углеводы-30, Витамина-77, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	<b>Молоко сгущенное</b>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
50	<b>Печенье</b>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-811, Белки-47, Жиры-19, Углеводы-113, Витамина-77, ВитаминС-1, Магний-76	
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из свеклы с чесноком</b>	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
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>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Витамина-24, Магний-89	=
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-726, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-77, Витамина-24, ВитаминС-11, Магний-171	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 537, Белки-73, Жиры-47, Углеводы-190, Витамина-101, ВитаминС- 12, Магний-247	<b>136-18</b>



ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

20.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пт)

## 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>			
45	<b>Бутерброд с сыром</b>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
50	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-6, Магний-6	=
200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
200	<b>Чай каркаде</b>	Калорийность-76, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25, Магний-7	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-615, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-75, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-54	
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Овощи натуральные соленые (огурцы)</b>	Калорийность-28, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200/5	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	<b>Плов из отварной птицы</b>	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-623, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-67, ВитаминА-71, ВитаминС-21, Магний-87	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 238, Белки-46, Жиры-47, Углеводы-142, ВитаминА-111, ВитаминС- 22, Магний-141	<b>136-18</b>



ИП Протасов А.А.

Заведующая  
столовой \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

16.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пн)

## Меню с1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
90	<b>Котлеты из говядины</b>	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	<b>Рис с овощами</b>	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-788, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-100, ВитаминС-26, Магний-106	=
<u>Полдник</u>			
50	<b>Печенье</b>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
250	<b>Кисель из ягод свежих</b>	Калорийность-113, Углеводы-28, ВитаминС- 1, Магний-2	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-321, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-65, ВитаминС-1, Магний-12	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 109, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-165, ВитаминС-27, Магний-118	<b>115-00</b>



ИП

Протасова А.А.

Кладовщик \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвршвили

17.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2вт)

## Меню с 1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	<i>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</i>	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200/5	<i>Свекольник со сметаной</i>	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	<i>Биточки рыбные</i>	Калорийность-112, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-112, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<i>Компот из свежих яблок</i>	Калорийность-105, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-620, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-62, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Магний-101	=
<u>Полдник</u>			
100	<i>Шанежка с картофелем</i>	Калорийность-357, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-55, ВитаминА-1, ВитаминС-7, Магний-30	=
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-464, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-80, ВитаминА-1, ВитаминС-12, Магний-40	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1084, Белки-36, Жиры-25, Углеводы-172, ВитаминА-42, ВитаминС-25, Магний-141	<b>115-00</b>

ИП  Протасова А. А.

Кладовщик \_\_\_\_\_





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

18.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2ср)

## Меню с1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9	=
200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-657, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-90, ВитаминаА-53, ВитаминС-98, Магний-75	=
<u>Полдник</u>			
50	Пряники	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Магний-5	=
250	Чай с сахаром	Калорийность-48, Углеводы-12, Магний-5	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-231, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-50, Магний-10	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-888, Белки-31, Жиры-23, Углеводы-140, ВитаминаА-53, ВитаминС-98, Магний-85	<b>115-00</b>



ИП Прогасова А.А

Кладовщик \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

19.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2чт)

## Меню с 1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
120	<i>Тефтели из говядины в молочном соусе</i>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18	=
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-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, Магний-14	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-726, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-77, ВитаминА-24, ВитаминС-11, Магний-171	=
<u>Полдник</u>			
70	<i>Булочка школьная</i>	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-39, Магний-8	=
250	<i>Кисель из ягод свежих</i>	Калорийность-113, Углеводы-28, ВитаминС- 1, Магний-2	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-312, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-67, ВитаминС-1, Магний-10	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 038, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-144, ВитаминА-24, ВитаминС-12, Магний-181	<b>115-00</b>

ИП  Протасова А. А.

Кладовщик \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мудзгвришвили

20.09.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пт)

## Меню с 1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
60	<b>Овощи натуральные соленые (огурцы)</b>	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200/5	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	<b>Плов из отварной птицы</b>	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминаА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-603, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-67, ВитаминаА-71, ВитаминС-21, Магний-87	=
<b>Полдник</b>			
50	<b>Печенье</b>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
250	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-50, Углеводы-12, ВитаминС- 1, Магний-6	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-259, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, ВитаминС-1, Магний-16	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-862, Белки-28, Жиры-30, Углеводы-116, ВитаминаА-71, ВитаминС-22, Магний-103	<b>115-00</b>

ИП  Протасова А.А.

Кладовщик \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

16.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2пн)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250/10	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23	=
100	<b>Котлеты из говядины</b>	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	<b>Рис с овощами</b>	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 024, Белки-35, Жиры-39, Углеводы-133, ВитаминС-32, Магний-143	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 024, Белки-35, Жиры-39, Углеводы-133, ВитаминС-32, Магний-143	

ИП  Протасова А.А.

Кладовщик \_\_\_\_\_





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.П. Модзгвишвили

17.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2вт)

## 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><u>Завтрак</u></b>			
100	<i>Кнели из птицы с рисом</i>	Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
200	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-13, ВитаминА-32, Магний-118	=
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-680, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-60, ВитаминА-116, ВитаминС-2, Магний-153	<b>107-93</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<i>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</i>	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250/10	<i>Свекольник со сметаной</i>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-32	=
100	<i>Биточки рыбные</i>	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	<i>Компот из свежих яблок</i>	Калорийность-105, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
60	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-716, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-89, ВитаминА-54, ВитаминС-17, Магний-139	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 396, Белки-59, Жиры-47, Углеводы-149, ВитаминА-170, ВитаминС-19, Магний-292	

ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

18.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2ср)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15	=
250/10	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27	=
100	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминаА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-880, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-121, ВитаминаА-58, ВитаминС- 108, Магний-108	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1293, Белки-40, Жиры-34, Углеводы-208, ВитаминаА-58, ВитаминС- 108, Магний-122	



ИП Протасова А.А.

Кладовщик \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

СП МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвришвили

19.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2чт)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	<b>Салат из свеклы с чесноком</b>	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
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>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминаА-29, Магний-106	=
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-951, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-106, ВитаминаА-29, ВитаминС-16, Магний-220	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-951, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-106, ВитаминаА-29, ВитаминС-16, Магний-220	



ИП Протасова А.А.

Кладовщик \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАДУ "Савицкая средняя школа"

О.Г. Моодзвривили

20.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2шт)

## 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><u>Завтрак</u></b>			
45	<b>Бутерброд с сыром</b>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
50	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность-79; Белки-6, Жиры-6, Магний-6	=
220	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-224, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-30	=
200	<b>Чай каркаде</b>	Калорийность-76, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-650, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-72, ВитаминА-44, ВитаминС-1, Магний-55	<b>107-93</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Овощи натуральные соленые (огурцы)</b>	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-5, Магний-14	=
250/10	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-27	=
210	<b>Плов из отварной птицы</b>	Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-776, Белки-31, Жиры-32, Углеводы-91, ВитаминА-82, ВитаминС-25, Магний-116	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 426, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-163, ВитаминА-126, ВитаминС- 26, Магний-171	



ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моозгвришвили

16.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2пн)

## 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>Бутерброд с сыром</b>	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
220	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-253, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-31, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-41	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-85, Углеводы-9, Магний-4	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-114, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
150	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-701, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-85, ВитаминА-41, ВитаминС-16, Магний-78	<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	=
250/10	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23	=
100	<b>Котлеты из говядины</b>	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	<b>Рис с овощами</b>	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 024, Белки-35, Жиры-39, Углеводы-133, ВитаминС-32, Магний-143	<b>107-93</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1725, Белки-53, Жиры-58, Углеводы-218, ВитаминА-41, ВитаминС-48, Магний-221	

ИП

Прогасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"  
О.Г. Модзвришвили

17.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2вт)

## 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><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Кнели из птицы с рисом</b>	Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-231, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-13, ВитаминА-32, Магний-118	=
200	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-680, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-60, ВитаминА-116, ВитаминС-2, Магний-153	
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</b>	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250/10	<b>Свекольник со сметаной</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-32	=
100	<b>Биточки рыбные</b>	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-105, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-716, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-89, ВитаминА-54, ВитаминС-17, Магний-139	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 396, Белки-59, Жиры-47, Углеводы-149, ВитаминА-170, ВитаминС-19, Магний-292	<b>157-18</b>



ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзевришвили

18.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2ср)

## 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>			
20	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10	=
220	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-36, ВитаминА-47, ВитаминС-2, Магний-35	=
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 ванильная</b>	Калорийность-330, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-57, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-817, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-127, ВитаминА-66, ВитаминС-3, Магний-74	
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15	=
250/10	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27	=
100	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-880, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-121, ВитаминА-58, ВитаминС-108, Магний-108	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-169, Белки-59, Жиры-53, Углеводы-248, ВитаминА-124, ВитаминС-111, Магний-182	<b>157-18</b>

ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Е. Моисеичева

19.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2чт)

## 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><u>Завтрак</u></b>			
200	<i>Запеканка из творога</i>	Калорийность-413, Белки-42, Жиры-12, Углеводы-34, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-51	=
40	<i>Молоко сгущенное</i>	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Магний-14	=
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
50	<i>Печенье</i>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-932, Белки-54, Жиры-20, Углеводы-132, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-87	
<b><u>Обед</u></b>			
100	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
130	<i>Тефтели из говядины в молочном соусе</i>	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-951, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-106, ВитаминА-29, ВитаминС-16, Магний-220	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1882, Белки-86, Жиры-56, Углеводы-238, ВитаминА-115, ВитаминС- 17, Магний-307	<b>157-18</b>



ИПК Протасов А.А.

Заведующая  
столовой \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвришвили

20.09.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2шт)

## 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><u>Завтрак</u></b>			
45	<b>Бутерброд с сыром</b>	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
50	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-6, Магний-6	=
220	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-224, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-30	=
200	<b>Чай каркаде</b>	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-650, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-72, ВитаминА-44, ВитаминС-1, Магний-55	
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Овощи натуральные соленые (огурцы)</b>	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-5, Магний-14	=
250/10	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-27	=
210	<b>Плов из отварной птицы</b>	Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-776, Белки-31, Жиры-32, Углеводы-91, ВитаминА-82, ВитаминС-25, Магний-116	
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 426, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-163, ВитаминА-126, ВитаминС- 26, Магний-171	<b>157-18</b>

ИП



Прогасова А. А.

Заведующая  
столовой