

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

14.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2пп)

## 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  | =  |
| 30                      | <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> |  |  | <b>96-26</b>   |
| <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                                   | =  |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3                                    | =  |
| <b>Итого за Обед</b>    |  |  | <b>96-26</b>   |
| <b>Итого за день</b>    |  |  | <b>Калорийность-1 399, Белки-43, Жиры-48, Углеводы-173, ВитаминА-37, ВитаминС-42, Магний-177</b> |

ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

14.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2пн)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

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

ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мадзгеришвили

14.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2пн)

## Меню с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                 | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 40                      | <b>Бутерброд с сыром</b>                                    | Калорийность-178, Белки-7, Жиры-10,<br>Углеводы-10, Магний-13                                  | =                             |
| 220                     | <b>Каша пшеничная молочная<br/>жидкая</b>                   | Калорийность-253, Белки-7, Жиры-8,<br>Углеводы-31, ВитаминА-41, ВитаминС-1,<br>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,<br>Магний-6  | =                             |
| 150                     | <b>Фрукты свежие</b>  | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1,<br>Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14                       | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-701, Белки-18, Жиры-19,<br>Углеводы-85, ВитаминА-41, ВитаминС-16,<br>Магний-78    | <b>107-93</b>                 |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 100                     | <b>Икра кабачковая<br/>(промышленного<br/>производства)</b> | Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9,<br>Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15                        | =                             |
| 250/10                  | <b>Щи из свежей капусты с<br/>картофелем со сметаной</b>    | Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7,<br>Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23                        | =                             |
| 100                     | <b>Котлеты из говядины</b>                                  | Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17,<br>Углеводы-14, Магний-26                                 | =                             |
| 180                     | <b>Рис с овощами</b>  | Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5,<br>Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35                       | =                             |
| 200                     | <b>Сок фруктовый</b>  | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25,<br>ВитаминС-5, Магний-10                               | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб ржаной</b>  | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-20, Магний-28                                   | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                       | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6   | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-1 024, Белки-35, Жиры-39,<br>Углеводы-133, ВитаминС-32, Магний-143                | <b>107-93</b>                 |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1725, Белки-53, Жиры-58,<br>Углеводы-218, ВитаминА-41, ВитаминС-48,<br>Магний-221 |                               |

ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

14.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2пп)

## Меню ОВЗ с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                 | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 40                      | <b>Бутерброд с сыром</b>                                    | Калорийность-178, Белки-7, Жиры-10,<br>Углеводы-10, Магний-13                                  | =                             |
| 220                     | <b>Каша пшеничная молочная<br/>жидкая</b>                   | Калорийность-253, Белки-7, Жиры-8,<br>Углеводы-31, ВитаминА-41, ВитаминС-1,<br>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,<br>Магний-6  | =                             |
| 150                     | <b>Фрукты свежие</b>  | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1,<br>Углеводы-15, ВитаминС-15, Магний-14                       | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-701, Белки-18, Жиры-19,<br>Углеводы-85, ВитаминА-41, ВитаминС-16,<br>Магний-78    |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 100                     | <b>Икра кабачковая<br/>(промышленного<br/>производства)</b> | Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9,<br>Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15                        | =                             |
| 250/10                  | <b>Щи из свежей капусты с<br/>картофелем со сметаной</b>    | Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7,<br>Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23                        | =                             |
| 100                     | <b>Котлеты из говядины</b>                                  | Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17,<br>Углеводы-14, Магний-26                                 | =                             |
| 180                     | <b>Рис с овощами</b>  | Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5,<br>Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35                       | =                             |
| 200                     | <b>Сок фруктовый</b>  | Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25,<br>ВитаминС-5, Магний-10                               | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб ржаной</b>  | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-20, Магний-28                                   | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                                       | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6   | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-1 024, Белки-35, Жиры-39,<br>Углеводы-133, ВитаминС-32, Магний-143                |                               |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1725, Белки-53, Жиры-58,<br>Углеводы-218, ВитаминА-41, ВитаминС-48,<br>Магний-221 | <b>157-18</b>                 |

ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савитская средняя школа"

О.Г. Моозгершвили

15.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2вт)

## Меню с 7-11 лет

| Выход (г)               | Наименование блюда                    | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)             | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                       |  |                               |
| 60                      | <b>Бутерброд с джемом и повидлом</b>  | Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20        | =                             |
| 200                     | <b>Каша гречневая молочная жидкая</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   | =                             |
| 40                      | <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>96-26</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                       |  |                               |
| 60                      | <b>Овощи натуральные</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   | =                             |
| 30                      | <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>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 "Савицкая средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

15.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2вт)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г)               | Наименование блюда                    | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)             | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                       |  |                               |
| 60                      | <b>Бутерброд с джемом и повидлом</b>  | Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20        | =                             |
| 150                     | <b>Каша гречневая молочная жидкая</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   | =                             |
| 40                      | <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 натуральные</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   | =                             |
| 30                      | <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. Моззвришвили

15.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2вт)

## Меню с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда                    | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)             | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                                       |  |                               |
| 100                     | <b>Бутерброд с джемом и повидлом</b>  | Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22        | =                             |
| 200                     | <b>Каша гречневая молочная жидкая</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>107-93</b>                 |
| <b><u>Обед</u></b>      |                                       |  |                               |
| 100                     | <b>Овощи натуральные</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  | =                             |
| 40                      | <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>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 "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

15.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2вт)

## 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>Бутерброд с джемом и повидлом</b>  | Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22       | =                       |
| 200                     | <b>Каша гречневая молочная жидкая</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 натуральные</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                                       | =                       |
| 40                      | <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-1396, 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"

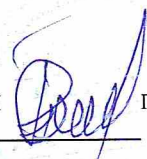
О.Б. Модзгеришвили

16.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2ср)

## Меню с 7-11 лет

| Выход (г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                      | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 20                      | <b>Масло сливочное порциями</b>                     | Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4,<br>Магний-8   | =                             |
| 200                     | <b>Каша рисовая молочная<br/>жидкая</b>             | Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7,<br>Углеводы-33, ВитаминаА-43, ВитаминС-2,<br>Магний-32           | =                             |
| 200                     | <b>Кофейный напиток с молоком</b>                   | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-13            | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6  | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20,<br>Углеводы-112, ВитаминаА-62, ВитаминС-3,<br>Магний-67        | <b>96-26</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 60                      | <b>Салат из белокочанной<br/>капусты с морковью</b> | Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9                              | =                             |
| 200/5                   | <b>Рассольник ленинградский со<br/>сметаной</b>     | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5,<br>Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21                            | =                             |
| 90                      | <b>Шницель из птицы<br/>припущенные</b>             | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9,<br>Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1,<br>Магний-17           | =                             |
| 150                     | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b>              | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1,<br>Углеводы-29, Магний-8   | =                             |
| 200                     | <b>Напиток из шиповника</b>                         | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18,<br>ВитаминС-80, Магний-3                                     | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-3  | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                  | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-14   | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-657, Белки-28, Жиры-21,<br>Углеводы-90, ВитаминаА-53, ВитаминС-98,<br>Магний-75        | <b>96-26</b>                  |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 369, Белки-50, Жиры-41,<br>Углеводы-202, ВитаминаА-115, ВитаминС-<br>101, Магний-142 |                               |

ИП



Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвршвили

16.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2ср)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                     | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |  |                               |
| 20                      | <b>Масло сливочное порциями</b>                     | Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4,<br>Магний-8  | =                             |
| 200                     | <b>Каша рисовая молочная<br/>жидкая</b>             | Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7,<br>Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2,<br>Магний-32           | =                             |
| 200                     | <b>Кофейный напиток с молоком</b>                   | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-13            | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6   | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20,<br>Углеводы-112, ВитаминА-62, ВитаминС-3,<br>Магний-67        |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |  |                               |
| 60                      | <b>Салат из белокочанной<br/>капусты с морковью</b> | Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-2, ВитаминС-11, Магний-9                             | =                             |
| 200/5                   | <b>Рассольник ленинградский со<br/>сметаной</b>     | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5,<br>Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21                           | =                             |
| 90                      | <b>Шницель из птицы<br/>припущенные</b>             | Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9,<br>Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1,<br>Магний-17           | =                             |
| 150                     | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b>              | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1,<br>Углеводы-29, Магний-8  | =                             |
| 200                     | <b>Напиток из шиповника</b>                         | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18,<br>ВитаминС-80, Магний-3                                    | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-3   | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                  | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-14  | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-657, Белки-28, Жиры-21,<br>Углеводы-90, ВитаминА-53, ВитаминС-98,<br>Магний-75        |                               |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 369, Белки-50, Жиры-41,<br>Углеводы-202, ВитаминА-115, ВитаминС-<br>101, Магний-142 | <b>136-18</b>                 |

ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

16.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2ср)

## Меню с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |   |   |                               |
| 20                      | <b>Масло сливочное порциями</b>                     | Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5,<br>Магний-10  | =                             |
| 220                     | <b>Каша рисовая молочная<br/>жидкая</b>             | Калорийность-236, Белки-6, Жиры-8,<br>Углеводы-36, ВитаминаА-47, ВитаминС-2,<br>Магний-35         | =                             |
| 200                     | <b>Кофейный напиток с молоком</b>                   | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1,<br>Магний-13          | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6  | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-817, Белки-25, Жиры-24,<br>Углеводы-127, ВитаминаА-66, ВитаминС-3,<br>Магний-74      | <b>107-93</b>                 |
| <b>Обед</b>             |   |   |                               |
| 100                     | <b>Салат из белокочанной<br/>капусты с морковью</b> | Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10,<br>Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15                         | =                             |
| 250/10                  | <b>Рассольник ленинградский со<br/>сметаной</b>     | Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7,<br>Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27                          | =                             |
| 100                     | <b>Шницель из птицы<br/>припущенные</b>             | Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10,<br>Углеводы-9, ВитаминаА-58, ВитаминС-1,<br>Магний-19        | =                             |
| 180                     | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b>              | Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1,<br>Углеводы-35, Магний-10                                      | =                             |
| 200                     | <b>Напиток из шиповника</b>                         | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18,<br>ВитаминС-80, Магний-3                                   | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6  | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                  | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-20, Магний-28                                      | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-880, Белки-34, Жиры-29,<br>Углеводы-121, ВитаминаА-58, ВитаминС-<br>108, Магний-108  | <b>107-93</b>                 |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-169, Белки-59, Жиры-53,<br>Углеводы-248, ВитаминаА-124, ВитаминС-<br>111, Магний-182 |                               |

ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

16.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2ср)

## Меню ОВЗ с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                   | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |   |  |                               |
| 20                      | <i>Масло сливочное порциями</i>                     | Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5,<br>Магний-10   | =                             |
| 220                     | <i>Каша рисовая молочная<br/>жидкая</i>             | Калорийность-236, Белки-6, Жиры-8,<br>Углеводы-36, Витамина-47, ВитаминС-2,<br>Магний-35         | =                             |
| 200                     | <i>Кофейный напиток с молоком</i>                   | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14, Витамина-19, ВитаминС-1,<br>Магний-13          | =                             |
| 40                      | <i>Хлеб пшеничный</i>                               | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6   | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-817, Белки-25, Жиры-24,<br>Углеводы-127, Витамина-66, ВитаминС-3,<br>Магний-74      |                               |
| <b>Обед</b>             |   |  |                               |
| 100                     | <i>Салат из белокочанной<br/>капусты с морковью</i> | Калорийность-109, Белки-2, Жиры-10,<br>Углеводы-3, ВитаминС-19, Магний-15                        | =                             |
| 250/10                  | <i>Рассольник ленинградский со<br/>сметаной</i>     | Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7,<br>Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27                         | =                             |
| 100                     | <i>Шницель из птицы<br/>припущенные</i>             | Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10,<br>Углеводы-9, Витамина-58, ВитаминС-1,<br>Магний-19        | =                             |
| 180                     | <i>Макаронные изделия<br/>отварные</i>              | Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1,<br>Углеводы-35, Магний-10                                     | =                             |
| 200                     | <i>Напиток из шиповника</i>                         | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18,<br>ВитаминС-80, Магний-3                                  | =                             |
| 40                      | <i>Хлеб пшеничный</i>                               | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6   | =                             |
| 40                      | <i>Хлеб ржаной</i>                                  | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-20, Магний-28                                     | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-880, Белки-34, Жиры-29,<br>Углеводы-121, Витамина-58, ВитаминС-<br>108, Магний-108  |                               |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-169, Белки-59, Жиры-53,<br>Углеводы-248, Витамина-124, ВитаминС-<br>111, Магний-182 | <b>157-18</b>                 |

ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

17.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2чт)

## Меню с 7-11 лет

| Выход (г)               | Наименование блюда                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 180                     | <b>Запеканка из творога</b>                     | Калорийность-372, Белки-38, Жиры-11,<br>Углеводы-30, ВитаминА-77, ВитаминС-1,<br>Магний-46        | =                             |
| 30                      | <b>Молоко сгущенное</b>                         | Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3,<br>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,<br>Магний-6  | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-811, Белки-47, Жиры-19,<br>Углеводы-113, ВитаминА-77, ВитаминС-1,<br>Магний-76       | <b>96-26</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 60                      | <b>Салат из свеклы с чесноком</b>               | Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13                            | =                             |
| 200                     | <b>Суп картофельный с<br/>бобовыми</b>          | Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3,<br>Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20                           | =                             |
| 120                     | <b>Тефтели из говядины в<br/>молочном соусе</b> | Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13,<br>Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18                        | =                             |
| 150                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b>               | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89                         | =                             |
| 200                     | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>              | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20,<br>Магний-14   | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                              | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-14   | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-3  | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-726, Белки-26, Жиры-28,<br>Углеводы-77, ВитаминА-24, ВитаминС-11,<br>Магний-171      | <b>96-26</b>                  |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 537, Белки-73, Жиры-47,<br>Углеводы-190, ВитаминА-101, ВитаминС-<br>12, Магний-247 |                               |

ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгришвили

17.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2чт)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г)               | Наименование блюда                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 180                     | <b>Запеканка из творога</b>                     | Калорийность-372, Белки-38, Жиры-11,<br>Углеводы-30, ВитаминА-77, ВитаминС-1,<br>Магний-46        | =                             |
| 30                      | <b>Молоко сгущенное</b>                         | Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3,<br>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,<br>Магний-6  | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-811, Белки-47, Жиры-19,<br>Углеводы-113, ВитаминА-77, ВитаминС-1,<br>Магний-76       |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 60                      | <b>Салат из свеклы с чесноком</b>               | Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6,<br>Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13                            | =                             |
| 200                     | <b>Суп картофельный с<br/>бобовыми</b>          | Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3,<br>Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20                           | =                             |
| 120                     | <b>Тефтели из говядины в<br/>молочном соусе</b> | Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13,<br>Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18                        | =                             |
| 150                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b>               | Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89                         | =                             |
| 200                     | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>              | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20,<br>Магний-14   | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                              | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-14   | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-3  | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-726, Белки-26, Жиры-28,<br>Углеводы-77, ВитаминА-24, ВитаминС-11,<br>Магний-171      |                               |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 537, Белки-73, Жиры-47,<br>Углеводы-190, ВитаминА-101, ВитаминС-<br>12, Магний-247 | <b>136-18</b>                 |

ИП

Протасова А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моддеричева

17.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2чт)

## Меню с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 200                     | <b>Запеканка из творога</b>                     | Калорийность-413, Белки-42, Жиры-12,<br>Углеводы-34, ВитаминаА-86, ВитаминС-1,<br>Магний-51       | =                             |
| 40                      | <b>Молоко сгущенное</b>                         | Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-22, Магний-14                                      | =                             |
| 200                     | <b>Чай с сахаром</b>                            | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4   | =                             |
| 60                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,<br>Магний-8   | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-932, Белки-54, Жиры-20,<br>Углеводы-132, ВитаминаА-86, ВитаминС-1,<br>Магний-87      | <b>107-93</b>                 |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 100                     | <b>Салат из свеклы с чесноком</b>               | Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10,<br>Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21                          | =                             |
| 250                     | <b>Суп картофельный с<br/>бобовыми</b>          | Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4,<br>Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26                          | =                             |
| 130                     | <b>Тефтели из говядины в<br/>молочном соусе</b> | Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14,<br>Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19                        | =                             |
| 180                     | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b>               | Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7,<br>Углеводы-12, ВитаминаА-29, Магний-106                       | =                             |
| 200                     | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>              | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20,<br>Магний-14   | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб ржаной</b>                              | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-20, Магний-28                                      | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6  | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-951, Белки-32, Жиры-36,<br>Углеводы-106, ВитаминаА-29, ВитаминС-16,<br>Магний-220    | <b>107-93</b>                 |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1882, Белки-86, Жиры-56,<br>Углеводы-238, ВитаминаА-115, ВитаминС-<br>17, Магний-307 |                               |

ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

17.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимний), 2чт)

## Меню ОВЗ с 12 лет и старше

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

ИП

Протасов А.А.

Заведующая  
столовой



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

18.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2шт)

## Меню с 7-11 лет

| Выход:(г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 45                      | <b>Бутерброд с сыром</b>                            | Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10,<br>Углеводы-10, Магний-13                                     | =                             |
| 50                      | <b>Яйца вареные</b>                                 | Калорийность-79, Белки-6, Жиры-6,<br>Магний-6   | =                             |
| 200                     | <b>Каша пшеничная молочная<br/>жидкая</b>           | Калорийность-189, Белки-5, Жиры-6,<br>Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1,<br>Магний-28          | =                             |
| 200                     | <b>Чай каркаде</b>                                  | Калорийность-76, Углеводы-14, ВитаминА-3  | =                             |
| 50                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25,<br>Магний-7   | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-615, Белки-22, Жиры-22,<br>Углеводы-75, ВитаминА-40, ВитаминС-1,<br>Магний-54        | <b>96-26</b>                  |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 60                      | <b>Салат из квашенной капусты<br/>с луком</b>       | Калорийность-28, Углеводы-1, ВитаминС-3,<br>Магний-8  | =                             |
| 200/5                   | <b>Борщ с капустой и<br/>картофелем со сметаной</b> | Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21                            | =                             |
| 180                     | <b>Плов из отварной птицы</b>                       | Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20,<br>Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1,<br>Магний-32        | =                             |
| 200                     | <b>Компот из яблок и ягод<br/>замороженных</b>      | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-<br>9, Магний-4  | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-3  | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                  | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19   | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-623, Белки-24, Жиры-25,<br>Углеводы-67, ВитаминА-71, ВитаминС-21,<br>Магний-87       | <b>96-26</b>                  |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 238, Белки-46, Жиры-47,<br>Углеводы-142, ВитаминА-111, ВитаминС-<br>22, Магний-141 |                               |

ИП

Протасов А. А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

18.10.2024 (Н.школа 7-11 лет  
(осенне-зимний), 2шт)

## Меню ОБЗ с 7-11 лет

| Выход (г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                    | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 45                      | <b>Бутерброд с сыром</b>                            | Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10,<br>Углеводы-10, Магний-13                                     | =                             |
| 50                      | <b>Яйца вареные</b>                                 | Калорийность-79, Белки-6, Жиры-6,<br>Магний-6   | =                             |
| 200                     | <b>Каша пшеничная молочная<br/>жидкая</b>           | Калорийность-189, Белки-5, Жиры-6,<br>Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1,<br>Магний-28          | =                             |
| 200                     | <b>Чай каркаде</b>                                  | Калорийность-76, Углеводы-14, ВитаминА-3  | =                             |
| 50                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25,<br>Магний-7   | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-615, Белки-22, Жиры-22,<br>Углеводы-75, ВитаминА-40, ВитаминС-1,<br>Магний-54        |                               |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 60                      | <b>Салат из квашенной капусты<br/>с луком</b>       | Калорийность-28, Углеводы-1, ВитаминС-3,<br>Магний-8  | =                             |
| 200/5                   | <b>Борщ с капустой и<br/>картофелем со сметаной</b> | Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5,<br>Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21                            | =                             |
| 180                     | <b>Плов из отварной птицы</b>                       | Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20,<br>Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1,<br>Магний-32        | =                             |
| 200                     | <b>Компот из яблок и ягод<br/>замороженных</b>      | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-<br>9, Магний-4  | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10,<br>Магний-3  | =                             |
| 30                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                  | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13,<br>Магний-19   | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-623, Белки-24, Жиры-25,<br>Углеводы-67, ВитаминА-71, ВитаминС-21,<br>Магний-87       |                               |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 238, Белки-46, Жиры-47,<br>Углеводы-142, ВитаминА-111, ВитаминС-<br>22, Магний-141 | <b>136-18</b>                 |

ИП

Протасов А.А.

Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мадзгвришвили

18.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше,  
(осенне-зимний), 2пт)

## Меню с 12 лет и старше

| Выход (г)               | Наименование блюда                                  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг)                      | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|-------------------------|---|---|-------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>   |   |   |                               |
| 45                      | <b>Бутерброд с сыром</b>                            | Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10,<br>Углеводы-10, Магний-13                                       | =                             |
| 50                      | <b>Яйца вареные</b>                                 | Калорийность-79, Белки-6, Жиры-6,<br>Магний-6   | =                             |
| 220                     | <b>Каша пшеничная молочная<br/>жидкая</b>           | Калорийность-224, Белки-6, Жиры-7,<br>Углеводы-28, Витамина А-41, Витамин С-1,<br>Магний-30         | =                             |
| 200                     | <b>Чай каркаде</b>                                  | Калорийность-76, Углеводы-14, Витамин А-3   | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-118, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6   | =                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-650, Белки-22, Жиры-23,<br>Углеводы-72, Витамина А-44, Витамин С-1,<br>Магний-55       | <b>107-93</b>                 |
| <b><u>Обед</u></b>      |   |   |                               |
| 100                     | <b>Салат из квашенной капусты<br/>с луком</b>       | Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2,<br>Витамин С-5, Магний-14                                     | =                             |
| 250/10                  | <b>Борщ с капустой и<br/>картофелем со сметаной</b> | Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7,<br>Углеводы-11, Витамин С-10, Магний-27                          | =                             |
| 210                     | <b>Плов из отварной птицы</b>                       | Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24,<br>Углеводы-27, Витамина А-82, Витамин С-1,<br>Магний-37       | =                             |
| 200                     | <b>Компот из яблок и ягод<br/>замороженных</b>      | Калорийность-45, Углеводы-11, Витамин С-9,<br>Магний-4  | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,<br>Магний-6  | =                             |
| 40                      | <b>Хлеб ржаной</b>                                  | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1,<br>Углеводы-20, Магний-28  | =                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |   | Калорийность-776, Белки-31, Жиры-32,<br>Углеводы-91, Витамина А-82, Витамин С-25,<br>Магний-116     | <b>107-93</b>                 |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 426, Белки-53, Жиры-55,<br>Углеводы-163, Витамина А-126, Витамин С-26,<br>Магний-171 |                               |

ИП

Протасова А. А.

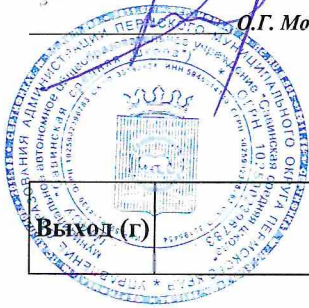
Заведующая  
столовой

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

18.10.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(осенне-зимни 2пт))



## 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                      | <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 А-41, Витамин С-1, Магний-30         | =                       |
| 200                     | <b>Чай каркаде</b>                              | Калорийность-56, Углеводы-14, Витамина А-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 А-44, Витамин С-1, Магний-55       |                         |
| <b>Обед</b>             |   |   |                         |
| 100                     | <b>Салат из квашенной капусты с луком</b>       | Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2, Витамин С-5, Магний-14                                  | =                       |
| 250/10                  | <b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b> | Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, Витамин С-10, Магний-27                       | =                       |
| 210                     | <b>Плов из отварной птицы</b>                   | Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, Витамина А-82, Витамин С-1, Магний-37       | =                       |
| 200                     | <b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>      | Калорийность-45, Углеводы-11, Витамин С-9, Магний-4   | =                       |
| 40                      | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6   | =                       |
| 40                      | <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 А-82, Витамин С-25, Магний-116     |                         |
| <b>Итого за день</b>    |   | Калорийность-1 426, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-163, Витамина А-126, Витамин С-26, Магний-171 | <b>157-18</b>           |

ИП

Протасова А. А.

Заведующая  
столовой