

Утверждаю:

Директор школы

Манджиева В.В.

МЕНЮ

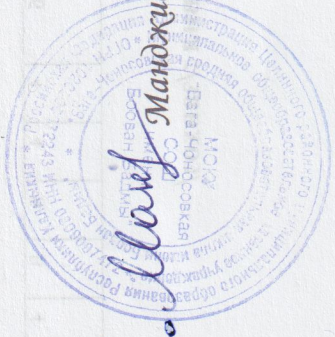
На 1 АПРЕЛЯ 2025 г

Для учащихся 1-4 классов

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			БЕЛ	ЖИР	УГЛ	ДР		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
ОБЕД																
45	Салат (Степной)	60	0,46	3,65	1,43	40,38	0,03	7,95	0	0	20,13	24,1	12,81	0,53		
170	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	26,3	82	0,04	8,23	0	0,6	42,58	54,6	21	0,95		
21	Бефстроганов	100	13,95	9,99	15,75	196,82	0,05	2,35	0,05	2,08	23,41	138,81	16,73	1,77		
668	Макаронные изделия отварные	150	5,1	3,5	28,5	202,5	0,06	0	21,00	0,00	4,86	37,17	21,12	1,11		
945	чай с молоком	200	0,6	5,64	8,93	86	0	0	0	0	1,88	0	0	0,02		
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75		
110	Хлеб ржаной	30	1,6	0,22	13,96	65,42	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75		
	Итого за день	760	25,06	27,13	107,17	731,72	0,4	18,81	21,05	2,9	143,96	256,64	99,66	91,88		

Повар: Дорджиева Т.Б /

Завхоз: Кес /Конникова А.В./



Утверждаю:
Директор школы

Манджуева В.В.

МЕНЮ

На 1 АПРЕЛЯ 2025 г
для учащихся 5-10 классов

№ рец. по сборни ку	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОД Ы		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														

45	Салат "Степной"	100	0,76	6,08	2,38	67,36	0,03	7,95	0	0	20,13	24,1	12,81	0,53
170	Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	4,91	12,52	102,5	0,05	10,29	0	0,6	44,38	53,23	26,25	1,19
21	Бефстроганов	100	11,95	14,99	3,75	196,82	0,05	2,35	0,05	2,08	23,41	138,81	16,73	1,77
668	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0	25,20	0,00	5,83	44,6	25,34	1,33
945	чай с молоком	200	0,6	5,64	8,93	86	0	0	0	0	1,88	0	0	0,02
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75
110	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,04	0	0	0	34	0	13	0,3
	Итого за день	870	25,04	37,46	80,89	759,22	0,35	20,73	25,25	2,79	155,18	261,72	108,13	48,89

Повар: Дорджиева Т.Б /

Завхоз: Конникова А.В. /

Утверждаю:
Директор школы

Манджиева В.В.

МЕНЮ

На 2 АПРЕЛЯ 2025 г

для учащихся 1-4 классов

№ рец. по сборни ку	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			БЕЛ КИ	ЖИР Ы	УГЛ ЕВО ДЫ		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe

ОБЕД

33	Салат из квашеной капусты	60	0,86	3,65	5,02	56,34	0,01	5,7	0	0	0	21,09	24,58	12,54	0,8
187	Щи из свежей капусты с картофелем	200	4,2	6,91	8,79	143,9	0,05	14,77	0	0	0	34,66	38,1	17,8	0,64
54	Рагу из птицы	250	13,56	13,72	36,95	256,3	0,07	11,33	0,15	0,2	0,2	36,8	108,2	38,7	1,92
5	Какао с молоком	200	3,8	3	23	130,8	0	0,5	0	0	0	117,5	104,6	28,9	0,9
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	0	0	0,4	4,6	16,8	6,6	0,4
110	Хлеб ржаной	30	1,6	0,22	13,96	65,42	0,11	0,14	0	0,11	0,11	25,55	0,98	14	43,75
	Итого за день	760	25,92	27,7	100,02	711,36	0,29	32,44	0,15	0,71	0,71	240,2	293,26	118,54	48,41

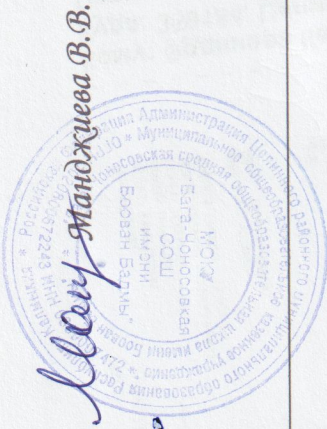
Повар:

Дорджиева Т.Б. /

Завхоз:

Конникова А.В. /

Утверждаю:
Директор школы



МЕНЮ

На 2 АПРЕЛЯ 2025 Г
для учащихся 5-10 классов

№ рец. по сборни ку	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции ,г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОД Ы	B ₁		C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		

ОБЕД

33	Салат из КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,43	6,09	8,36	93,9	0,02	9,5	0	0	31,09	24,58	12,54	0,8	
187	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4,75	4,89	18,42	121,3	0,06	18,46	0	0	43,33	47,63	22,25	0,8	
54	Рагу из птицы	250	12,56	11,72	15,2	216,52	0,07	11,33	0,15	0,2	36,8	108,2	38,7	1,92	
5	Какао с молоком	200	3,8	3	23	130,8	0	0,5	0	0	117,5	104,6	28,9	0,9	
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	0	0,4	4,6	16,8	6,6	0,4	
110	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75	
	Итого за день	840	25,84	26,12	86,56	666,92	0,31	39,93	0,15	0,71	258,87	302,79	122,99	48,57	

Повар: Дорджиева Т.Б. /

Завхоз: Кенникова А.В. /



Утверждаю:
Директор школы

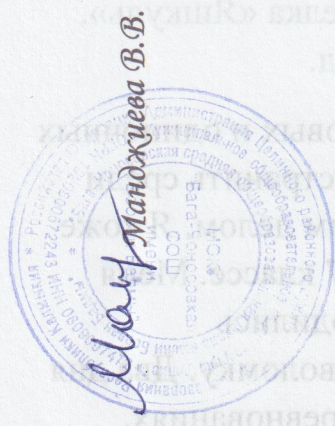
Манджиева В.В.

МЕНЮ

На 3 АПРЕЛЯ 2025 г
для учащихся 1-4 классов

№ ре- сборни ку	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			БЕЛ	ЖИР	УГЛ	ВОДЫ		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
ОБЕД																	
45	Салат Винегрет овощной	60	1,84	3,7	4,61	65,34	0,03	7,95	0	0	20,13	24,1	12,81	0,53			
42	Суп картофельный с клецками и мясом	200	3,384	4,47	22,483	138,51	0,111	15,4	0	0	25,55	0	0	1,118			
608	Котлета	100	11,44	11,3	12,56	183	0,08	0,12	23	0	35	133,1	25,7	1,2			
679	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,15	6,95	18,5	112,5	0,18	0	0,02	0	12,98	208,5	67,5	3,95			
93	Сок яблочный	200	1	0,2	18,4	82,8	0	1,6	0	0	12,6	12,6	7,2	2,5			
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	0	0,4	4,6	16,8	6,6	0,4			
110	Хлеб ржаной	30	1,6	0,22	13,96	65,42	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75			
	Итого за день	760	25,314	27,04	102,81	706,17	0,561	25,21	23,02	0,51	136,41	396,08	133,81	53,45			

Повар: Дорджиева Т.Б. / Завхоз: Конникова А.В. /



Утверждаю :
Директор школы

МЕНЮ

На 3 АПРЕЛЯ 2025 г

для учащихся 5-10 классов

№ рец. по сборни ку	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОД	B ₁		C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ОБЕД																	
45	Салат "Винегрет овощной"	100	1,36	6,18	8,44	94,8	0,06	10,25	0	0	23,2	44,97	2075	0,85			
42	Суп картофельный с клецками и мясом	250	3,384	4,47	22,483	138,51	0,111	15,4	0	0	25,55	0	0	1,118			
608	Котлета	100	12,44	9,24	12,56	183	0,08	0,12	23	0	35	133,1	25,7	1,2			
679	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,95	6,73	43	150,53	0,22	0	0,02	0	15,57	250,2	81	4,73			
93	Сок яблочный	200	1	0,2	18,4	82,8	0	1,6	0	0	12,6	12,6	7,2	2,5			
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	0	0	4,6	16,8	6,6	0,4			
110	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75			
	Итого за день	870	30,434	27,24	126,46	754,04	0,571	17,26	23,02	0,51	118,87	413,68	134,5	53,7			

Повар: Дорджиева Т.Б /

Завхоз:

Конникова А.В. /



Утверждаю: *Мам* Манджиева В.В.
Директор школы

МЕНЮ

На 4 АПРЕЛЯ 2025 г

для учащихся 1-4 классов

для учащихся 1-4 классов															
№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			БЕЛ	ЖИР	УГЛ	ДЫ		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
ОБЕД															
17	Салат из соленых огурцов	60	1,35	5,08	15,19	65,07	0,01	20,97	0	0	26,8	14,83	7,9	0,32	
206	Суп картофельный с бобовыми	200	7,39	4,22	13,06	133,7	0,18	4,65	0	0	30,46	69,74	28,24	1,62	
11	Рыба тушеная в томате с овощами	100	7,88	4,14	9,74	95,78	0,06	2,36	1,52	1,81	35,49	129,61	34,14	0,66	
312	Картофельное пюре	150	4,51	12,89	25,66	261,03	0	1,515	0	0	170,39	109,98	16,65	0,375	
420	Чай с сахаром	200	0	0	5	19,98	0	0	0	0	1,88	0	0	0,02	
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75	
110	Хлеб ржаной	30	1,6	0,22	13,96	65,42	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75	
403	Фрукт (Яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	10	0	0	16	0	9	2,2	
	Итого за день	860	25,03	27,15	104,71	743,98	0,5	39,78	1,52	2,03	332,12	326,12	123,93	92,7	

Повар: *Дж* /Дорджиева Т.Б /

Завхоз: *Вас* /Конникова А.В./

Утверждаю:
Директор школы



МЕНЮ

На 4 АПРЕЛЯ 2025 Г

для учащихся 5-10 классов

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
17	Салат из свежих огурцов	100	1,95	6,09	18,3	67,3	0,02	5,7	0	0	13,11	24,01	7,98	0,34
208	Суп картофельный с бобовыми	250	8,57	7,54	32,6	148,28	0,08	0,04	1,28	0	40,09	43,73	6,78	0,38
11	Рыба тушеная в томате с овощами	100	12,25	4,14	3,74	82,78	0,06	2,36	1,52	0	35,49	129,61	34,14	0,66
312	Картофельное пюре	180	4,68	18,23	7,58	348,04	0	2,02	0	0	227,19	146,64	22,2	0,5
648	чай с сахаром	200	0	0	20	76	0	0	0	0	0	0,48	0	0,06
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,11	0,14	0	0	0,11	25,55	14	43,75
110	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,04	0	0	0	0	34	13	0,3
	Итого за день	870	30,75	36,42	103,8	826,8	0,31	10,26	2,8	0	1,92	375,91	98,1	45,99

Повар: Дорджиева Т.Б. /

Завхоз: Конникова А.В. /