

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа

Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /

«26» марта 2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч.год 1-4 кл.

1 день

| Наименование блюда      | Выход | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|-------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>          |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Каша гречневая молочная | 200   | 6,2          | 6,9          | 20,6          | 169             | 0,58         | 0,28        | 0,12         | 107,9         | 2,09         | № 213 2018     |
| Какао с молоком         | 200   | 3,3          | 2,9          | 13,8          | 94              | 0,7          | 0,01        | 0,03         | 111,3         | 0,65         | № 462 2018     |
| Сыр                     | 5     | 3,5          | 4,4          | 0             | 54              | 0,1          | 0,08        | 0,01         | 132,1         | 0,15         | № 75 2018      |
| Масло сливочное         | 8     | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66              | 0,0          | 0,01        | 0,0          | 0,24          | 0,0          | № 79 2018      |
| Хлеб пшеничный          | 30    | 1,98         | 0,36         | 17,8          | 52              | 0,0          | 0,0         | 0,05         | 10,5          | 1,17         |                |
| Фрукты свежие           | 49    | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4          | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         | № 82 2018      |
|                         |       | <b>15,54</b> | <b>22,29</b> | <b>64,09</b>  | <b>488</b>      | <b>9,78</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,25</b>  | <b>381,36</b> | <b>6,71</b>  |                |
| <b>Обед</b>             |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Салат из капусты с р/м  | 100   | 0,96         | 3,6          | 5,2           | 58              | 11,8         | 1,7         | 0,02         | 27,3          | 0,36         | № 1 2018       |
| Суп гороховый на рас.м. | 250   | 2,2          | 3,4          | 11,0          | 115             | 9,7          | 0,58        | 0,14         | 35,9          | 1,14         | №120 2018      |
| Плов из кур             | 220   | 21,1         | 23,8         | 27,3          | 408             | 1,2          | 5,6         | 0,06         | 28,7          | 1,53         | № 375 2018     |
| Компот из сухофрукт.    | 200   | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2          | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,69         | № 495-2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный    | 40    | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0,0          | 0,0         | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                         |       | <b>27,50</b> | <b>31,38</b> | <b>76,96</b>  | <b>735</b>      | <b>22,9</b>  | <b>8,28</b> | <b>0,3</b>   | <b>126</b>    | <b>5,28</b>  |                |
|                         |       | <b>43,04</b> | <b>53,67</b> | <b>141,05</b> | <b>1223</b>     | <b>32,68</b> | <b>8,78</b> | <b>0,55</b>  | <b>507,36</b> | <b>11,99</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа

Утверждаю

Директор МБОУ Сагутьевская СОШ

/О.И.Дорохова /

«16» сентября 2025 г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

2 день

| Наименование блюда            | Выход | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углевод<br>ы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|-------------------------------|-------|--------------|--------------|-------------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>                |       |              |              |                   |                 |              |             |              |               |              |                |
| Омлет натуральный             | 110   | 12,06        | 13,57        | 3,0               | 183             | 0,43         | 0,65        | 0,06         | 110,7         | 2,26         | № 268 2018     |
| Чай с сахаром                 | 200   | 0,2          | 0,1          | 9,3               | 38              | 1,0          | 0,02        | 0,0          | 5,1           | 0,82         | № 457 2018     |
| Хлеб пшеничный                | 40    | 1,98         | 0,36         | 17,8              | 52              | 0,0          | 0,0         | 0,05         | 10,5          | 1,17         |                |
| Масло сливочное               | 5     | 0,08         | 7,25         | 0,13              | 66              | 0,0          | 0,01        | 0,0          | 0,24          | 0,0          | № 79 2018      |
| Фрукты свежие                 | 41    | 0,48         | 0,48         | 11,76             | 53              | 8,4          | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         | № 82 2018      |
|                               |       | <b>14,8</b>  | <b>21,76</b> | <b>41,99</b>      | <b>392</b>      | <b>9,83</b>  | <b>0,8</b>  | <b>0,15</b>  | <b>145,86</b> | <b>6,9</b>   |                |
| <b>Обед</b>                   |       |              |              |                   |                 |              |             |              |               |              |                |
| Салат из моркови с р/м        | 100   | 0,72         | 3,66         | 6,72              | 62              | 1,86         | 2,34        | 0,03         | 14,64         | 0,38         | № 21 2018      |
| Щи из св. капусты с р/м       | 250   | 1,58         | 4,5          | 5,8               | 70              | 11,9         | 2,35        | 0,05         | 37,05         | 0,78         | № 104 2018     |
| Котлета мясная                | 50    | 8,7          | 6,9          | 7,8               | 128             | 0,15         | 0,07        | 0,08         | 27,05         | 1,42         | № 339 2018     |
| Макароны отварные с<br>маслом | 150   | 5,55         | 0,45         | 29,6              | 190             | 0,0          | 0,84        | 0,06         | 13,8          | 1,08         | № 256 2018     |
| Компот из сухофруктов         | 200   | 0,6          | 0,1          | 20,1              | 84              | 0,2          | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,69         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный          | 40    | 2,64         | 0,48         | 13,36             | 70              | 0,0          | 0,03        | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                               |       | <b>19,79</b> | <b>16,09</b> | <b>83,38</b>      | <b>604</b>      | <b>14,11</b> | <b>6,03</b> | <b>0,3</b>   | <b>126,64</b> | <b>5,91</b>  |                |
|                               |       | <b>34,59</b> | <b>37,85</b> | <b>125,37</b>     | <b>996</b>      | <b>23,94</b> | <b>6,83</b> | <b>0,45</b>  | <b>272,5</b>  | <b>12,81</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа

Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /

«26» марта 2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

3 день

| Наименование блюда               | Выход | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит. Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг     | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|----------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>                   |       |              |              |               |                 |              |              |              |              |              |                |
| Суп молочный с макарон.          | 200   | 5,72         | 12,65        | 18,84         | 144             | 0,9          | 0,26         | 0,08         | 162,64       | 0,48         | № 140 2018     |
| Кофейный напиток                 | 200   | 2,8          | 2,5          | 13,6          | 88              | 0,7          | 0,0          | 0,03         | 108,3        | 0,12         | № 465 2018     |
| Хлеб пшеничный                   | 30    | 1,98         | 0,36         | 17,8          | 52              | 0,0          | 0,0          | 0,05         | 10,5         | 1,17         |                |
| Сыр                              | 10    | 3,5          | 4,4          | 0             | 54              | 0,1          | 0,08         | 0,01         | 132,1        | 0,15         | № 75 2018      |
| Масло сливочное                  | 8     | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66              | 0,0          | 0,01         | 0,0          | 0,24         | 0,0          | № 79 2018      |
| Фрукты свежие                    | 51    | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4          | 0,12         | 0,04         | 19,32        | 2,65         | № 82 2018      |
|                                  |       | <b>14,56</b> | <b>27,64</b> | <b>62,13</b>  | <b>457</b>      | <b>10,1</b>  | <b>0,47</b>  | <b>0,21</b>  | <b>433,1</b> | <b>4,57</b>  |                |
| <b>Обед</b>                      |       |              |              |               |                 |              |              |              |              |              |                |
| Винегрет овощной с<br>рас.маслом | 100   | 0,65         | 3,1          | 3,25          | 44              | 3,05         | 1,4          | 0,02         | 11           | 0,35         | № 47 2018      |
| Суп картофельный с<br>пшеном-    | 250   | 2,1          | 5,6          | 9,6           | 112             | 7,0          | 1,4          | 0,0          | 37,6         | 0,6          | № 219 2018     |
| Рагу из кур                      | 220   | 16,5         | 20,4         | 13,9          | 305             | 8,6          | 3,3          | 0,14         | 29,6         | 2,25         | № 376 2018     |
| Компот из сухофруктов            | 200   | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2          | 0,4          | 0,01         | 20,1         | 0,69         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 40    | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0,0          | 0,03         | 0,07         | 14,0         | 1,56         |                |
|                                  |       | <b>22,49</b> | <b>29,68</b> | <b>60,21</b>  | <b>615</b>      | <b>18,85</b> | <b>6,57</b>  | <b>0,24</b>  | <b>112,3</b> | <b>5,95</b>  |                |
|                                  |       | <b>37,05</b> | <b>57,32</b> | <b>122,34</b> | <b>1072</b>     | <b>28,95</b> | <b>7,04</b>  | <b>0,45</b>  | <b>545,4</b> | <b>10,52</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа



Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /

« 26 » апреля 2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

4 день

| Наименование блюда           | Выход<br>д | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>               |            |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Каша молочная пшеничная      | 200        | 8,66         | 7,86         | 37,2          | 254             | 1,36         | 0,2         | 0,47         | 141,5         | 1,46         | № 223 2018     |
| Хлеб пшеничный               | 30         | 1,98         | 0,36         | 17,8          | 52              | 0,0          | 0,0         | 0,05         | 10,5          | 1,17         |                |
| Фрукты свежие                | 30         | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4          | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         | № 82 2018      |
| Масло сливочное              | 5          | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66              | 0,0          | 0,01        | 0,0          | 0,24          | 0,0          | № 79 2018      |
| Сок фруктовый                | 200        | 1,0          | 0,2          | 20,2          | 42              | 4,0          | 0           | 0            | 14,0          | 2,8          |                |
|                              |            | <b>12,2</b>  | <b>16,15</b> | <b>87,09</b>  | <b>467</b>      | <b>13,76</b> | <b>0,33</b> | <b>0,56</b>  | <b>185,56</b> | <b>8,08</b>  |                |
| <b>Обед</b>                  |            |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Салат из свёклы с рас.мас.   | 100        | 0,9          | 6,1          | 4,1           | 77,8            | 5,2          | 2,3         | 0,07         | 14,0          | 0,4          | №103 2018      |
| Борщ с капустой и картофелем | 250        | 3,1          | 3,1          | 5,9           | 75,8            | 14,8         | 0,3         | 0,02         | 16,1          | 0,8          | № 104 2018     |
| Птица в соусе                | 50/50      | 16,9         | 18,3         | 3,8           | 247             | 1,3          | 0,7         | 0,04         | 29,6          | 1,52         | № 367 2018     |
| Каша гречневая с мас.сл.     | 150        | 5,6          | 5,76         | 9,8           | 174             | 0            | 0,4         | 0,14         | 14,1          | 3,0          | № 202 2018     |
| Компот из сухофруктов        | 200        | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2          | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,69         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный         | 40         | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0            | 0,03        | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                              |            | <b>29,74</b> | <b>33,84</b> | <b>57,06</b>  | <b>728,6</b>    | <b>21,5</b>  | <b>4,13</b> | <b>0,35</b>  | <b>107,9</b>  | <b>7,97</b>  |                |
|                              |            | <b>41,94</b> | <b>49,99</b> | <b>144,15</b> | <b>1195,6</b>   | <b>35,26</b> | <b>4,46</b> | <b>0,91</b>  | <b>293,46</b> | <b>16,05</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа



Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /

«26» \_\_\_\_\_ 2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

5 день

| Наименование блюда             | Выход  | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|--------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>                 |        |              |              |               |                 |             |             |              |               |              |                |
| Птица тушеная с овощами        | 90     | 17,4         | 13,8         | 15,6          | 256             | 0,3         | 1,4         | 0,16         | 54,1          | 2,83         | № 339 2018     |
| Каша гречневая                 | 150    | 5,6          | 5,76         | 9,8           | 174             | 0           | 0,4         | 0,14         | 14,1          | 3,0          | № 202 2018     |
| Чай с сахаром                  | 200    | 0,2          | 0,1          | 9,3           | 38              | 1,0         | 0,02        | 0,0          | 5,1           | 0,82         | № 457 2018     |
| Хлеб пшеничный                 | 30     | 1,98         | 0,36         | 17,8          | 52              | 0,0         | 0,0         | 0,05         | 10,5          | 1,17         |                |
| Фрукты свежие                  | 37     | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4         | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         | № 82 2018      |
|                                |        | <b>25,66</b> | <b>20,5</b>  | <b>64,26</b>  | <b>571</b>      | <b>9,7</b>  | <b>1,94</b> | <b>0,39</b>  | <b>103,12</b> | <b>10,47</b> |                |
| <b>Обед</b>                    |        |              |              |               |                 |             |             |              |               |              |                |
| Салат из моркови с яблоками    | 100    | 0,5          | 3,1          | 4,1           | 47              | 2,3         | 1,9         | 0,03         | 11,6          | 0,66         | №22 2018       |
| Рассольник по-Ленинградски     | 25/250 | 1,9          | 5,1          | 13,2          | 106             | 6,95        | 2,35        | 0,88         | 14,75         | 0,8          | № 100 2018     |
| Рыба тушеная с овощами в соусе | 140    | 13,3         | 2,3          | 7,2           | 103             | -3,1        | 1,8         | 0,09         | 38,4          | 0,88         | № 299 2018     |
| Картофельное пюре с маслом     | 150    | 3,15         | 6,0          | 9,15          | 102             | 3,75        | 0,15        | 0,12         | 38,25         | 0,87         | №377 2018      |
| Компот из сухофруктов          | 200    | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2         | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,69         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный           | 40     | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0           | 0,03        | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                                |        | <b>22,09</b> | <b>17,08</b> | <b>67,11</b>  | <b>512</b>      | <b>16,3</b> | <b>6,63</b> | <b>1,2</b>   | <b>137,1</b>  | <b>5,46</b>  |                |
|                                |        | <b>47,75</b> | <b>37,58</b> | <b>131,37</b> | <b>1083</b>     | <b>26</b>   | <b>8,57</b> | <b>1,59</b>  | <b>240,22</b> | <b>15,93</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа



Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /

«26» марта 2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

6 день

| Наименование блюда          | Выход | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>              |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Каша манная молочная        | 200   | 7,72         | 17,05        | 35,96         | 236             | 1,44         | 0,72        | 0,09         | 144,3         | 1,47         | № 214 2018     |
| Сыр                         | 10    | 3,5          | 4,4          | 0             | 54              | 0,1          | 0,08        | 0,01         | 132,1         | 0,15         | № 75 2018      |
| Какао с молоком             | 200   | 3,3          | 2,9          | 13,8          | 94              | 0,7          | 0,01        | 0,03         | 111,3         | 0,65         | № 462 2018     |
| Хлеб пшеничный              | 30    | 1,98         | 0,36         | 17,8          | 52              | 0,0          | 0,0         | 0,05         | 10,5          | 1,17         |                |
| Масло сливочное             | 5     | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66              | 0,0          | 0,01        | 0,0          | 0,24          | 0,0          | № 79 2018      |
| Фрукты свежие               | 44    | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4          | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         | № 82 2018      |
|                             |       | <b>17,06</b> | <b>32,44</b> | <b>79,45</b>  | <b>555</b>      | <b>10,64</b> | <b>0,94</b> | <b>0,22</b>  | <b>417,76</b> | <b>6,09</b>  |                |
| <b>Обед</b>                 |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Салат из капусты с рас.мас. | 100   | 0,96         | 3,6          | 5,2           | 58              | 11,8         | 1,7         | 0,02         | 27,3          | 0,36         | №1 2018        |
| Суп гороховый на р.м.       | 250   | 5,98         | 2,94         | 12,6          | 102,2           | 0,4          | 0,24        | 0,21         | 37,4          | 2,15         | №1282018       |
| Плов из птицы               | 220   | 21,1         | 23,8         | 27,3          | 408             | 1,2          | 5,6         | 0,06         | 28,7          | 1,53         | № 375 2018     |
| Компот из сухофруктов       | 200   | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2          | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,69         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный        | 40    | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0            | 0,03        | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                             |       | <b>31,28</b> | <b>30,92</b> | <b>78,56</b>  | <b>722,2</b>    | <b>13,6</b>  | <b>7,97</b> | <b>0,37</b>  | <b>127,5</b>  | <b>6,29</b>  |                |
|                             |       | <b>48,34</b> | <b>63,36</b> | <b>158,01</b> | <b>1277,2</b>   | <b>24,24</b> | <b>8,91</b> | <b>0,59</b>  | <b>545,26</b> | <b>12,38</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа

Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /



«26» декабря 2025 г.

# ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

7 день

| Наименование блюда               | Выход  | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|----------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>                   |        |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Каша овсяная молочная            | 200    | 8,42         | 9,04         | 31,46         | 241             | 0,72         | 0,76        | 0,18         | 146,26        | 1,7          | № 212 2018     |
| Масло сливочное                  | 5      | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66              | 0,0          | 0,01        | 0,0          | 0,24          | 0,0          | № 79 2018      |
| Хлеб пшеничный                   | 30     | 1,98         | 0,36         | 17,8          | 52              | 0,0          | 0,0         | 0,05         | 10,5          | 1,17         |                |
| Сок фруктовый                    | 200    | 1,0          | 0,2          | 20,2          | 42              | 4,0          | 0           | 0            | 14,0          | 2,8          |                |
| Фрукты свежие                    | 28     | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4          | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         | № 82 2018      |
|                                  |        | <b>11,96</b> | <b>17,33</b> | <b>81,35</b>  | <b>454</b>      | <b>13,12</b> | <b>0,89</b> | <b>0,27</b>  | <b>190,32</b> | <b>8,32</b>  |                |
| <b>Обед</b>                      |        |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Винегрет овощной с<br>рас.маслом | 100    | 0,65         | 3,1          | 3,25          | 44              | 3,05         | 1,4         | 0,02         | 11            | 0,35         | № 47 2018      |
| Суп картофельный с рыбой         | 250/25 | 0,96         | 15,7         | 64,3          | 115             | 9,7          | 0,58        | 0,14         | 35,9          | 1,14         | № 120 2018     |
| Жаркое по-домашнему              | 180    | 22,4         | 23,5         | 14,0          | 357             | 3,9          | 3,7         | 0,14         | 27,2          | 3,92         | № 328 2018     |
| Компот из сухофруктов            | 200    | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2          | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,64         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 40     | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0            | 0,03        | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                                  |        | <b>27,25</b> | <b>42,88</b> | <b>115,01</b> | <b>670,0</b>    | <b>16,85</b> | <b>6,11</b> | <b>0,38</b>  | <b>108,2</b>  | <b>7,61</b>  |                |
|                                  |        | <b>39,21</b> | <b>60,21</b> | <b>196,36</b> | <b>1124</b>     | <b>29,97</b> | <b>7,0</b>  | <b>0,65</b>  | <b>298,52</b> | <b>15,93</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа



Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /

«26» \_\_\_\_\_ 2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

8 день

| Наименование блюда              | Выход | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|---------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>                  |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Каша молочная рисовая           | 200   | 4,8          | 5,0          | 16,4          | 130             | 0,92         | 0,06        | 0,06         | 161,3         | 0,18         | № 141 2018     |
| Кофейный напиток                | 200   | 2,8          | 2,5          | 13,6          | 88              | 0,7          | 0,0         | 0,03         | 108,3         | 0,12         | № 465 2018     |
| Хлеб пшеничный                  | 30    | 1,98         | 0,36         | 17,8          | 52              | 0,0          | 0,0         | 0,05         | 10,5          | 1,17         |                |
| Масло сливочное                 | 8     | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66              | 0,0          | 0,01        | 0,0          | 0,24          | 0,0          | № 79 2018      |
| Сыр                             | 5     | 3,5          | 4,4          | 0             | 54              | 0,1          | 0,08        | 0,01         | 132,1         | 0,15         | № 75 2018      |
| Фрукты свежие                   | 42    | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4          | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         |                |
|                                 |       | <b>13,64</b> | <b>19,99</b> | <b>59,69</b>  | <b>443</b>      | <b>10,12</b> | <b>0,27</b> | <b>0,19</b>  | <b>431,76</b> | <b>4,27</b>  |                |
| <b>Обед</b>                     |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Салат из свёклы с<br>рас.маслом | 100   | 0,84         | 3,66         | 4,56          | 55              | 4,62         | 1,62        | 0,01         | 20,8          | 0,78         | №26 2018       |
| Суп картофельный с<br>гречкой   | 250   | 1,8          | 2,18         | 10,74         | 69,8            | 6,26         | 1,06        | 0,09         | 18,48         | 0,85         | №1152018       |
| Капуста тушеная                 | 150   | 3,3          | 5,1          | 12,15         | 108             | 21,3         | 0,45        | 0,04         | 90,15         | 1,32         | № 380 2018     |
| Котлета мясная                  | 50    | 8,7          | 6,9          | 7,8           | -128            | 0,15         | 0,07        | 0,08         | 27,05         | 1,42         | № 339 2018     |
| Компот из сух. фруктов          | 200   | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2          | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,64         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный            | 40    | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0            | 0,03        | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                                 |       | <b>17,88</b> | <b>18,42</b> | <b>68,71</b>  | <b>514,8</b>    | <b>32,53</b> | <b>3,63</b> | <b>0,3</b>   | <b>190,58</b> | <b>6,57</b>  |                |
|                                 |       | <b>31,52</b> | <b>38,41</b> | <b>128,4</b>  | <b>957,8</b>    | <b>42,65</b> | <b>3,9</b>  | <b>0,49</b>  | <b>622,34</b> | <b>10,84</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа

Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
/О.И.Дорохова /

«26» марта 2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

9 день

| Наименование блюда           | Выход | Белки<br>г   | Жиры<br>г    | Углеводы<br>г | Эн.цен.<br>ккал | Вит.С<br>мг  | Вит.Е<br>мг | Вит.В1<br>мг | Са<br>мг      | Fe<br>мг     | №<br>рецептуры |
|------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>               |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Рыба припущенная             | 90    | 17,3         | 0,7          | 1,1           | 80              | 3,6          | 1,1         | 0,08         | 34,1          | 0,64         | №296 2018      |
| Картофельное пюре            | 150   | 3,15         | 6,0          | 9,15          | 102             | 3,75         | 0,15        | 0,12         | 38,25         | 0,87         | №377 2018      |
| Чай с сахаром                | 200   | 0,2          | 0,1          | 9,3           | 38              | 1,0          | 0,02        | 0,0          | 5,1           | 0,82         | № 457 2018     |
| Масло сливочное              | 5     | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66              | 0,0          | 0,01        | 0,0          | 0,24          | 0,0          | № 79 2018      |
| Хлеб пшеничный               | 30    | 3,2          | 1,4          | 13,8          | 82              | 0,0          | 0,06        | 0,12         | 38            | 1,08         |                |
| Сыр                          | 5     | 3,5          | 4,4          | 0             | 54              | 0,1          | 0,08        | 0,01         | 132,1         | 0,15         | № 75 2018      |
| Фрукты                       | 31    | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53              | 8,4          | 0,12        | 0,04         | 19,32         | 2,65         | № 82 2018      |
|                              |       | <b>27,91</b> | <b>20,33</b> | <b>45,24</b>  | <b>475</b>      | <b>16,85</b> | <b>1,54</b> | <b>0,37</b>  | <b>267,07</b> | <b>6,21</b>  |                |
| <b>Обед</b>                  |       |              |              |               |                 |              |             |              |               |              |                |
| Салат из моркови с яблоками  | 100   | 0,5          | 3,1          | 4,1           | 47              | 2,3          | 1,9         | 0,03         | 11,6          | 0,66         | № 104 2018     |
| Борщ с капустой и картофелем | 250   | 1,8          | 4,4          | 7,15          | 76              | 7,5          | 2,4         | 0,05         | 40,9          | 1,21         | № 95 2018      |
| Гуляш из свинины             | 40/70 | 18,7         | 17,0         | 4,2           | 245             | 0,6          | 0,7         | 0,04         | 16,9          | 2,67         | № 327 2018     |
| Макароны отварные с мас.     | 150   | 5,5          | 4,5          | 29,6          | 190             | 0            | 0,84        | 0,05         | 13,78         | 1,08         | №2562018       |
| Компот из сухофруктов        | 200   | 0,6          | 0,1          | 20,1          | 84              | 0,2          | 0,4         | 0,01         | 20,1          | 0,69         | № 495 2018     |
| Хлеб ржано-пшеничный         | 40    | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70              | 0            | 0,03        | 0,07         | 14,0          | 1,56         |                |
|                              |       | <b>29,74</b> | <b>29,58</b> | <b>78,51</b>  | <b>712</b>      | <b>10,6</b>  | <b>6,27</b> | <b>0,25</b>  | <b>117,28</b> | <b>7,87</b>  |                |
|                              |       | <b>57,65</b> | <b>49,91</b> | <b>123,75</b> | <b>1187</b>     | <b>27,45</b> | <b>7,81</b> | <b>0,62</b>  | <b>384,35</b> | <b>14,08</b> |                |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сагутьевская средняя общеобразовательная школа



Утверждаю  
Директор МБОУ Сагутьевская СОШ  
О.И.Дорохова /

2025 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
для столовой Сагутьевской средней школы

на 2024-2025 уч. год 1-4 кл.

10 день

| Наименование блюда                  | Выход | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Эн.цен.      | Вит.С        | Вит.Е       | Вит.В1      | Са            | Fe          | № рецептуры |
|-------------------------------------|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|-------------|-------------|
|                                     | д     | г            | г            | г            | ккал         | мг           | мг          | мг          | мг            | мг          |             |
| <b>Завтрак</b>                      |       |              |              |              |              |              |             |             |               |             |             |
| Макаронные изделия с тертым сыром   | 200   | 11,07        | 9,0          | 32,3         | 255          | 0,9          | 0,26        | 0,08        | 204,75        | 1,3         | №259 2018   |
| Какао с молоком                     | 200   | 3,3          | 2,9          | 13,8         | 94           | 0,7          | 0,01        | 0,03        | 111,3         | 0,65        | № 462 2018  |
| Хлеб пшеничный                      | 30    | 1,98         | 0,36         | 17,8         | 52           | 0,0          | 0,0         | 0,05        | 10,5          | 1,17        |             |
| Фрукты свежие                       | 35    | 0,48         | 0,48         | 11,76        | 53           | 8,4          | 0,12        | 0,04        | 19,32         | 2,65        | №82 2018    |
| Масло сливочное                     | 4     | 0,08         | 7,25         | 0,13         | 66           | 0,0          | 0,01        | 0,0         | 0,24          | 0,0         | № 79 2018   |
|                                     |       | <b>16,91</b> | <b>19,99</b> | <b>75,79</b> | <b>520</b>   | <b>18,4</b>  | <b>0,4</b>  | <b>0,2</b>  | <b>346,11</b> | <b>5,77</b> |             |
| <b>Обед</b>                         |       |              |              |              |              |              |             |             |               |             |             |
| Салат из капусты с раст.маслом      | 100   | 0,96         | 3,6          | 5,2          | 58           | 11,8         | 1,7         | 0,02        | 27,3          | 0,36        | №1 2018     |
| Суп картофельный с макаронными изд. | 250   | 2,14         | 2,06         | 13,4         | 80,6         | 6,22         | 1,1         | 0,08        | 18,32         | 0,87        | №1162018    |
| Тефтели в соусе                     | 50/70 | 9,4          | 8,1          | 9,9          | 150          | 1,4          | 0,4         | 0,05        | 39,6          | 1,40        | №350 2018   |
| Каша гречневая с маслом             | 150   | 5,6          | 5,76         | 9,8          | 174          | 0            | 0,4         | 0,14        | 14,1          | 3,0         | № 202 2018  |
| Компот из сухофруктов               | 200   | 0,6          | 0,1          | 20,1         | 84           | 0,2          | 0,4         | 0,01        | 20,1          | 0,69        | № 495 2018  |
| Хлеб ржано-пшеничный                | 40    | 2,64         | 0,48         | 13,36        | 70           | 0            | 0,03        | 0,07        | 14            | 1,56        |             |
|                                     |       | <b>21,34</b> | <b>20,1</b>  | <b>71,76</b> | <b>616,6</b> | <b>19,62</b> | <b>4,03</b> | <b>0,37</b> | <b>133,42</b> | <b>7,88</b> |             |
|                                     |       | <b>23,52</b> | <b>20,56</b> | <b>98,86</b> | <b>706,6</b> | <b>20,72</b> | <b>4,05</b> | <b>0,42</b> | <b>149,02</b> | <b>9,87</b> |             |

Ежедневная С-витаминизация 3-х блюд; для приготовления блюд использовать йодированную соль