



Утверждаю
 директор МКОУ «Ромашковская СШ»
 Палласовского района
 Волгоградской области
 Шувакова А.Г.

МЕНЮ

(возрастная категория 7-11 лет)

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
 «Ромашковская средняя школа»

30.10.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	220	8,03	9,67	26,88	199,67	181
Конфета «Белая черёмуха»	30	4,2	8	21,57	175,8	П.Т.
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	120,65	701
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн

2-ой завтрак

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/71
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,1	5,78	18,5	146,42	54-7с
Сосиски отварные с соусом красным 60/30	90	7,16	12,87	6,64	171,03	243,54-3сс
Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702



МЕНЮ

(возрастная категория 7-11 лет)

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
 «Ромашковская средняя школа»

31.10.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Каша «Дружба» молочная из смеси рисовой и пшениной крупы	220	10,60	12,29	23,51	243,21	54-167
Пряник	40	2,44	5,73	28,44	145,33	П.т.
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52	701
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн

2-ой завтрак

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96	55,68	52
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,84	5,28	7,22	88,16	54-1с
Котлеты домашние из п/ф с соусом	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62	77/3,331
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	5,30	5,80	35,00	213,40	171
Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7	360
Хлеб пшеничный	40	2,31	0,72	16,02	79,80	701
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702



Утверждаю
директор МКОУ «Ромашковская СШ»
Галласовского района
Волгоградской области
Шулакова А.Г.

МЕНЮ
(возрастная категория 7-11 лет)
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Ромашковская средняя школа»

01.11.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных, с сахаром и маслом	220	9,07	5,78	44,25	244,13	182
Печенье топленое молоко	40	5,2	6	12,3	124	П.т.
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52	701
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	10,58	43,52	54-3гн

2-ой завтрак

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Овощи по сезону натуральные в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	12,8	70/71
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	4,6	4,9	10,1	102,63	101
Котлеты мяскапустные из п/ф высокой степени	100	9,93	12,66	5,76	176,70	77/6
Горошница	150	6,93	6,33	28,6	199,09	54-21г
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702



Утверждаю
Директор МКОУ «Ромашковская СШ»
Балласовского района
Волгоградской области
Щулакова А.Г.

МЕНЮ
(возрастная категория 7-11 лет)

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Ромашковская средняя школа»

02.11.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Каша молочная жидкая гречневая, с маслом и сахаром	200	9,05	11,36	31,3	263,64	183
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701
Какао с молоком	200	4,18	3,54	17,58	118,9	382

2-ой завтрак

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	51,42	47
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	3,39	3,6	10,84	89,32	54-25с
Тфтели «Оригинальные» из п/ф с томатным соусом	100/30	11,30	13,30	14,10	203,30	ТТК 77-5
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150	6,19	6,84	37,98	238,24	171
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702



Утверждаю
директор МКОУ «Ромашковская СШ»
Гайласовского района
Волгоградской области
Шулакова А.Г.

МЕНЮ
(возрастная категория 7-11 лет)
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Ромашковская средняя школа»
03.11.2023
ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Каша молочная жидкая пшеничная, с маслом и сахаром	200	7,80	10,80	37,10	272,80	182
Яйцо варёное в крутую	40	5,08	4,60	0,28	63,00	209
Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	701
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гн

2-ой завтрак

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Нарезка из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,64	2,07	42,42	24
Рассольник ленинградский (перловка)	200	1,92	5,14	6,24	78,9	53-3с
Котлете куриная из п.ф. с соусом	100/20	11,28	12,55	6,70	184,87	77/2,331
Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	203
Кисель из повидла	200	0,1	0	21,07	84,7	360
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702