

Согласовано:

Директор МБОУ «Самковская СОШ»

Бачева Г.Д.



Школьная столовая

Меню на понедельник 19.01.2026 г.

Для детей начального уровня образования

Бел. Жир. Углев. Эн.цен.

ЗАВТРАК:

Выход (гр)

7-11 лет

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд
7,24	6,64	33,12	221,2	Каша ячневая вязкая
5,15	6,9	0	82,75	Сыр (порциями)
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный

200/5

25

200

50

25

Итого:

ОБЕД:

Выход (гр)

	Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд
0,48	0,06	1,02	6,6	Овощная подгарнировка (Огурцы соленые)	
5,04	2,86	11,68	92,6	Суп картофельный с бобовыми	
10,58	12,6	8,4	189,25	Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	
3,77	5,43	38,85	219,3	Рис отварной	
0	0	15	60	Кисель из концентрата витамин	
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	

60

200

100

150

200

50

25

Итого:

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова



Школьная столовая
Меню на вторник 20.01.2026 г.
Для детей начального уровня образования

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	ЗАВТРАК:	
				Наименование блюд	Выход (гр) 7-11 лет
0,72	3,6	6,72	62,4	Салат из моркови	60
16,8	25,5	4,2	312	Омлет Натуральный	195
0,6	0,1	20,1	84	Компот из смеси сухофруктов витамин	200
3,07	9,4	17,2	165,33	Булочные изделия (Булочка «Веснушка»)	50
1,97	0,2	13,3	64,7	Хлеб пшеничный	25
				Итого:	

				ОБЕД:	
				Наименование блюд	Выход (гр) 7-11 лет
1,5	3,78	4,98	60	Овощная подгарнировка (Салат картофельный с зеленым горошком)	60
7,44	9,12	8,04	144	Суп с рыбными консервами	200
10,26	11,92	6,74	180,54	Котлеты из говядины с соусом томатным	100
5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изделия отварные	150
0,1	0,1	11,1	46	Компот из свежих яблок	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25
				Итого:	

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова



Школьная столовая
Меню на среду 21.01.2026 г.
Для детей начального уровня образования

Бел. Жир. Углев. Эн.цен.

ЗАВТРАК:

Выход (гр)

Наименование блюд

7-11 лет

5,16	6,52	32,18	208	Каша рисовая молочная жидкая
0	0	15	60	Кисель из концентрата витамин
0,64	0,64	15,68	70,4	Фрукты (Яблоки свежие)
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный

200/5

200

160

50

25

Итого:

ОБЕД:

Наименование блюд

Выход (гр)

7-11 лет

1,6	6	8,2	94	Овощная подгарнировка (Салат из квашеной капусты с луком)
2,1	4,08	10,6	87,6	Рассольник Ленинградский
9,53	7,23	7,35	137,74	Котлеты рыбные из минтая с соусом томатным
4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный

100

200/5

100

150

200

50

50

Итого:

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

Согласовано:

Директор МБОУ «Самковская СОШ»

Бачева Г.Д.



Школьная столовая
Меню четверг 22.01.2026 г.
Для детей начального уровня образования

Бел. Жир. Углев. Эн.цен.

ЗАВТРАК:

				Наименование блюд	Выход (гр) 7-11 лет
10,26	11,92	6,74	180,54	Котлеты из говядины с соусом томатным	100
5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изделия отварные	150
4,12	5,52	0	66,2	Сыр (порциями)	20
1,4	1,2	11,4	63	Кофейный напиток с молоком	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25

Итого:

ОБЕД:

				Наименование блюд	Выход (гр) 7-11 лет
0,96	3,72	3,96	52,8	Овощная подгарнировка (Винегрет овощной)	60
1,2	3,6	3,04	49,4	Щи из свежей капусты с картофелем	200/5
10,58	12,6	8,4	189,25	Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	100
6,69	5,76	24,15	175,05	Каша гречневая вязкая	150
0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200/5
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50

Итого:

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова



Согласовано:

Директор МБОУ «Самковская СОШ»

Бачева Г.Д.

Бачева

Школьная столовая
Меню на пятницу 23.01.2026 г.
Для детей начального уровня образования

Бел.	Жир.	Угле в.	Эн.цен.	ЗАВТРАК:	
				Наименование блюд	Выход (гр) 7-11 лет
7,46	7,44	35,72	239,6	Каша пшенная молочная жидкая	200/5
0,12	10,88	0,2	99,15	Масло сливочное (порциями)	15
0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200/5
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25
				Итого:	

				Наименование блюд	Выход (гр) 7-11 лет
1,4	3,8	6,5	66	Овощная подгарнировка (Икра морковная)	100
1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картофелем	200/5
10,26	10,29	6,35	159,11	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	100
5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изделия отварные	150
1,4	1,2	11,4	63	Кофейный напиток с молоком	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25
				Итого:	

Технолог:

Бухгалтер:

Ю.М. Епишина
Е.В. Лесникова

Ю.М. Епишина

Е.В. Лесникова