

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский  
 \_\_\_\_\_ Е.А. Кузьмина

**МЕНЮ**  
**10 марта 2025**

| Наименование блюд                        | 7-11 лет |            |              | 12-18 лет |            |               |
|--|----------|------------|--------------|-----------|------------|---------------|
|  | Выход г  | Ккал       | Цена         | Выход г   | Ккал       | Цена          |
| <b>Завтрак:</b>                          |          |            |              |           |            |               |
| Бутерброд горячий с сыром                | 35       | 112        | 17,08        | 35        | 112        | 17,08         |
| Каша "Попурри" с маслом                  | 200/5    | 212        | 25,61        | 200/5     | 212        | 25,61         |
| Чай с сахаром                            | 200      | 61         | 2,48         | 200       | 61         | 3,68          |
| Яйцо вареное                             | 40       | 58         | 14,00        | 40        | 58         | 14,00         |
| Яблоко                                   | 150      | 89         | 19,50        | 150       | 89         |               |
| Хлеб ржаной                              | 20       | 41         | 2,00         | 20        | 41         | 2,00          |
| <b>Итого:</b>                            |          | <b>573</b> | <b>80,67</b> |           | <b>573</b> | <b>62,37</b>  |
| <b>Обед:</b>                             |          |            |              |           |            |               |
| Икра свекольная                          | 60       | 75         | 5,64         | 100       | 115        | 9,16          |
| Рассольник домашний с птицей со сметаной | 250/10/5 | 132        | 28,16        | 250/10/5  | 132        | 28,16         |
| Гуляш мясной                             | 100      | 118        | 29,72        | 100       | 118        | 29,72         |
| Рис припущенный                          | 150      | 144        | 10,13        | 180       | 175        | 12,34         |
| Кисель из свежих ягод                    | 200      | 89         | 17,59        | 200       | 89         | 17,59         |
| Хлеб пшеничный                           | 50       | 97         | 5,00         | 60        | 117        | 6,00          |
| Хлеб ржаной                              | 30       | 62         | 3,00         | 40        | 81         | 4,00          |
| <b>Итого:</b>                            |          | <b>717</b> | <b>99,24</b> |           | <b>859</b> | <b>106,97</b> |

Зав. производством \_\_\_\_\_


Смирнова Ю.С.

Технолог \_\_\_\_\_

Зырянцева А.С.

Мед. работник \_\_\_\_\_

Флешева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский  
  
Е.А. Кузьмина

**МЕНЮ**  
**11 марта 2025**

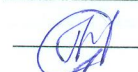
| Наименование блюд             | 7-11 лет  |            |               | 12-18 лет |            |               |
|-------------------------------|-----------|------------|---------------|-----------|------------|---------------|
|                               | Выход г   | Ккал       | Цена          | Выход г   | Ккал       | Цена          |
| <b>Завтрак:</b>               |           |            |               |           |            |               |
| Бутерброд с сыром             | 20/15     | 107        | 14,98         | 20/20     | 107        | 18,88         |
| Котлета рыбная запеченная     | 90        | 158        | 23,98         | 100       | 176        | 26,34         |
| Пюре картофельное             | 150       | 147        | 19,01         | 180       | 176        | 24,06         |
| Чай с лимоном                 | 200/7     | 62         | 3,58          | 200/7     | 62         | 4,28          |
| Хлеб ржаной                   | 20        | 41         | 2,00          | 20        | 41         | 2,00          |
| Мандарин                      | 100       | 59         |               | 100       | 59         | 0,00          |
| <b>Итого:</b>                 |           | <b>574</b> | <b>63,55</b>  |           | <b>621</b> | <b>75,56</b>  |
| <b>Обед:</b>                  |           |            |               |           |            |               |
| Огурцы свежие                 | 60        | 8          | 16,47         | 100       | 11         | 27,54         |
| Суп горох. с гренок., с мясом | 250/20/10 | 184        | 33,39         | 250/20/10 | 184        | 33,39         |
| Курица запеченная             | 90        | 175        | 55,53         | 100       | 204        | 62,45         |
| Рагу из овощей                | 150       | 175        | 13,82         | 180       | 215        | 15,72         |
| Сок                           | 200       | 112        | 12,00         | 200       | 112        | 12,00         |
| Апельсин                      | 200       | 68         | 44,00         | 200       | 68         |               |
| Хлеб пшеничный                | 40        | 78         | 4,00          | 60        | 117        | 6,00          |
| Хлеб ржаной                   | 20        | 41         | 2,00          | 40        | 81         | 4,00          |
| <b>Итого:</b>                 |           | <b>841</b> | <b>181,21</b> |           | <b>859</b> | <b>161,10</b> |

Зав. производством



Смирнова Ю.С.

Технолог



Зырянцева А.С.

Мед. Работник



Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский  
 Е.А. Кузьмина

**МЕНЮ**  
**12 марта 2025**

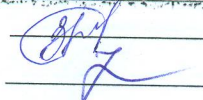
| Наименование блюд                    | 7-11 лет |            |               | 12-18 лет |            |               |
|--------------------------------------|----------|------------|---------------|-----------|------------|---------------|
|                                      | Выход г  | Ккал       | Цена          | Выход г   | Ккал       | Цена          |
| <b>Завтрак:</b>                      |          |            |               |           |            |               |
| Бутерброд с маслом                   | 30/10    | 134        | 15,75         | 30/10     | 134        | 15,75         |
| Запеканка "Царская"                  | 180/20   | 298        | 88,91         | 200/20    | 368        | 99,21         |
| Чай со смородиной и сахаром          | 200      | 50         | 10,16         | 200       | 50         | 10,36         |
| Мандарин                             | 100      | 59         |               | 100       | 59         |               |
| <b>Итого:</b>                        |          | <b>541</b> | <b>114,82</b> |           | <b>552</b> | <b>125,32</b> |
| <b>Обед:</b>                         |          |            |               |           |            |               |
| Салат "Степной"                      | 60       | 49         | 9,96          | 100       | 89         | 16,00         |
| Борщ с кап. и карт. с мясом со смет. | 250/10/5 | 138        | 31,36         | 250/10/5  | 138        | 31,36         |
| Ёжики из мяса с рисом, с соусом      | 100      | 155        | 40,23         | 120       | 191        | 47,23         |
| Макаронные изделия отварные          | 150      | 175        | 9,00          | 180       | 210        | 10,60         |
| Компот из свежих плодов              | 200      | 83         | 8,12          | 200       | 83         | 8,12          |
| Груша                                | 200      | 68         | 40,00         |           |            |               |
| Хлеб пшеничный                       | 40       | 78         | 4,00          | 60        | 117        | 6,00          |
| Хлеб ржаной                          | 40       | 83         | 4,00          | 40        | 81         | 4,00          |
| <b>Итого:</b>                        |          | <b>829</b> | <b>146,67</b> |           | <b>859</b> | <b>123,31</b> |

Зав. производством



Смирнова Ю.С.

Технолог



Зырянцева А.С.

Мед. Работник



Флеева И.Н.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский  
\_\_\_\_\_ Е.А. Кузьмина

**МЕНЮ**  
**13 марта 2025**

| Наименование блюд                  | 7-11 лет |            |               | 12-18 лет |            |               |
|------------------------------------|----------|------------|---------------|-----------|------------|---------------|
|                                    | Выход г  | Ккал       | Цена          | Выход г   | Ккал       | Цена          |
| <b>Завтрак:</b>                    |          |            |               |           |            |               |
| Бутерброд с джемом                 | 20/20    | 97         | 12,60         | 20/20     | 97         | 12,60         |
| Омлет с маслом и икрой морковной   | 180      | 243        | 53,08         | 200       | 266        | 57,37         |
| Какао с молоком                    | 200      | 124        | 14,88         | 200       | 127        | 14,88         |
| Йогурт молочный полужир.           | 125      | 39         | 35,00         | 125       | 39         | 35,00         |
| Хлеб ржаной                        | 20       | 41         | 2,00          | 20        | 41         | 2,00          |
| <b>Итого:</b>                      |          | <b>544</b> | <b>117,56</b> |           | <b>570</b> | <b>121,85</b> |
| <b>Обед:</b>                       |          |            |               |           |            |               |
| Винегрет овощной с фасолью         | 60       | 59         | 11,64         | 100       | 103        | 19,41         |
| Суп-лапша домашняя, с курой        | 250/10   | 155        | 16,14         | 250/10    | 155        | 16,14         |
| Котлеты из мяса                    | 90       | 199        | 55,23         | 100       | 222        | 60,33         |
| Сложный гарнир (капуста/пюре карт) | 50/100   | 123        | 17,47         | 80/100    | 139        | 20,52         |
| Компот из сухофруктов              | 200      | 98         | 3,91          | 200       | 98         | 3,91          |
| Хлеб пшеничный                     | 40       | 78         | 4,00          | 60        | 117        | 4,00          |
| Хлеб ржаной                        | 20       | 41         | 2,00          | 40        | 81         | 2,00          |
| <b>Итого:</b>                      |          | <b>753</b> | <b>110,39</b> |           | <b>859</b> | <b>126,31</b> |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Смирнова Ю.С.

Технолог \_\_\_\_\_

Зырянцева А.С.

Мед. Работник \_\_\_\_\_

Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский  
 \_\_\_\_\_ Е.А. Кузьмина

**МЕНЮ**  
**14 марта 2025**

| Наименование блюд                  | 7-11 лет |            |               | 12-18 лет |            |               |
|------------------------------------|----------|------------|---------------|-----------|------------|---------------|
|                                    | Выход г  | Ккал       | Цена          | Выход г   | Ккал       | Цена          |
| <b>Завтрак:</b>                    |          |            |               |           |            |               |
| Жаркое из птицы                    | 200      | 257        | 45,04         | 250       | 344        | 61,00         |
| Помидоры на подгарнир.             | 20       | 4          | 6,15          | 20        | 4          | 6,15          |
| Чай с сахаром                      | 200      | 61         | 2,48          | 200       | 61         | 3,68          |
| Хлеб пшеничный                     | 20       | 39         | 2,00          | 20        | 39         | 2,00          |
| Хлеб ржаной                        | 20       | 41         | 2,00          | 20        | 41         | 2,00          |
| Яблоко                             | 130      | 87         |               | 130       | 87         |               |
| <b>Итого:</b>                      |          | <b>489</b> | <b>57,67</b>  |           | <b>576</b> | <b>74,83</b>  |
| <b>Обед:</b>                       |          |            |               |           |            |               |
| Салат "Зимний"                     | 60       | 62         | 15,61         | 100       | 103        | 25,64         |
| Свекольник с мясн. фрик. со смет.  | 250/15/5 | 158        | 30,72         | 250/15/5  | 158        | 30,72         |
| Минтай запеченный со смет. и сыром | 90       | 225        | 35,62         | 100       | 265        | 39,22         |
| Рис припущенный                    | 150      | 144        | 10,13         | 180       | 175        | 12,34         |
| Сок                                | 200      | 107        | 12,00         | 200       | 107        | 12,00         |
| Хлеб пшеничный                     | 40       | 78         | 4,00          | 40        | 78         | 4,00          |
| Хлеб ржаной                        | 20       | 41         | 2,00          | 40        | 81         | 4,00          |
| <b>Итого:</b>                      |          | <b>815</b> | <b>110,08</b> |           | <b>859</b> | <b>127,92</b> |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Смирнова Ю.С.

Технолог \_\_\_\_\_

Зырянцева А.С.

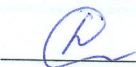

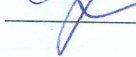
Мед. Работник \_\_\_\_\_

Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский  
 Е.А. Кузьмина

**МЕНЮ**  
**15 марта 2025**

| Наименование блюд              | 7-11 лет |          |             | 12-18 лет |            |               |
|--------------------------------|----------|----------|-------------|-----------|------------|---------------|
|                                | Выход г  | Ккал     | Цена        | Выход г   | Ккал       | Цена          |
| <b>Завтрак:</b>                |          |          |             |           |            |               |
| Котлета особая                 |          |          |             | 100       | 218        | 27,85         |
| Макаронные изделия отварные    |          |          |             | 180       | 210        | 10,60         |
| Огурцы свежие на подгарнир.    |          |          |             | 20        | 4          | 5,67          |
| Кофейный напиток               |          |          |             | 200       | 91         | 11,58         |
| Хлеб пшеничный                 |          |          |             | 20        | 39         | 2,00          |
| Хлеб ржаной                    |          |          |             | 20        | 41         | 2,00          |
| <b>Итого:</b>                  |          | <b>0</b> | <b>0,00</b> |           | <b>603</b> | <b>59,70</b>  |
| <b>Обед:</b>                   |          |          |             |           |            |               |
| Маринад овощной со свеклой     |          |          |             | 100       | 122        | 10,38         |
| Суп с рыбными фрикадельками    |          |          |             | 250/35    | 151        | 29,04         |
| Зразы рубленые из мяса, запеч. |          |          |             | 100       | 179        | 49,00         |
| Пюре картофельное              |          |          |             | 180       | 176        | 24,06         |
| Компот из урюка                |          |          |             | 200       | 129        | 10,03         |
| Хлеб пшеничный                 |          |          |             | 40        | 78         | 4,00          |
| Хлеб ржаной                    |          |          |             | 40        | 81         | 4,00          |
| <b>Итого:</b>                  |          | <b>0</b> | <b>0,00</b> |           | <b>859</b> | <b>130,51</b> |

Зав. производством  Смирнова Ю.С.  
 Технолог  Зырянцева А.С.  
 Мед. Работник  Флеева И.Н.