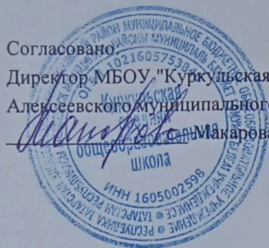
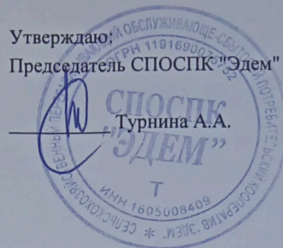


Согласовано:  
 Директор МБОУ "Куркульская ООШ"  
 Алексеевского муниципального района  
 Т. А. Макарова



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"

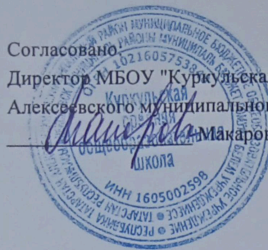


МЕНЮ  
 День 7

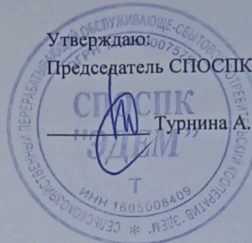
Дата " 01 " 04 2022 г.

| Приём пищи, наименование блюда                 | Масса порций, в гр. | Пищевая ценность |              |               | Энергетическая ценность |
|--|---------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|  |                     | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| <b>Завтрак</b>                                 |                     |                  |              |               |                         |
| Сырники из творога                             | 50/20               | 9,26             | 6,33         | 10,16         | 164                     |
| Каша ячневая молочная со сливочным маслом      | 200/10              | 8,88             | 5,99         | 22,87         | 180,91                  |
| Чай с сахаром и курагой                        | 200/15/7            | 0,2              | 1,5          | 15,7          | 65,3                    |
| Хлеб пшеничный                                 | 40                  | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 93,76                   |
| Масло сливочное                                | 20                  | 0,2              | 14,5         | 0,28          | 132,4                   |
| <b>Итого за завтрак:</b>                       |                     | <b>21,58</b>     | <b>28,64</b> | <b>68,69</b>  | <b>636,37</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>                            |                     |                  |              |               |                         |
| Сок  | 200                 | 0                | 0            | 38            | 76,8                    |
| Кондитерское изделие                           | 50                  | 4,25             | 2,82         | 21,3          | 138,6                   |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>                   |                     | <b>4,25</b>      | <b>2,82</b>  | <b>59,3</b>   | <b>215,4</b>            |
| <b>Обед</b>                                    |                     |                  |              |               |                         |
| Помидоры свежие с маслом                       | 60                  | 0,66             | 0,12         | 2,28          | 14                      |
| Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб | 250/15              | 6,49             | 6,24         | 15,87         | 153,6                   |
| Жаркое из птицы                                | 200                 | 15,3             | 16,9         | 27,5          | 323,3                   |
| Хлеб ржано-пшеничный                           | 60                  | 3                | 0,6          | 28,2          | 130,2                   |
| Кисель ягодный                                 | 200                 | 0                | 0            | 35,94         | 118                     |
| <b>Итого за обед:</b>                          |                     | <b>25,45</b>     | <b>23,86</b> | <b>109,79</b> | <b>739,1</b>            |
| <b>Итого за день:</b>                          |                     | <b>51,28</b>     | <b>55,32</b> | <b>237,78</b> | <b>1590,87</b>          |
| <b>Цена за день:</b>                           | <b>200,37</b>       |                  |              |               |                         |

Согласовано  
 Директор МБОУ "Куркульская ООШ"  
 Александровского муниципального района  
 Макарова Т. А.



Утверждаю  
 Председатель СПОСПК "Эдем"  
 Турнина А.А.



МЕНЮ  
 День 6

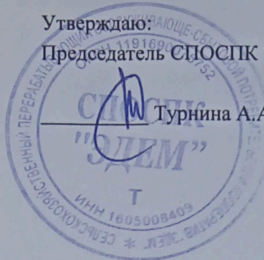
Дата " 31 " 03 2022 г.

| Приём пищи, наименование блюда                       | Масса порций, в гр. | Пищевая ценность |               |                | Энергетическая ценность |
|--|---------------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------|
|  |                     | Белки            | Жиры          | Углеводы       |                         |
| <b>Завтрак</b>                                       |                     |                  |               |                |                         |
| Запеканка из творога со сгущенкой                    | 80/20               | 12,71            | 8,69          | 11,64          | 172,7                   |
| Каша манная молочная со сливочным маслом             | 200/10              | 9,15             | 13,31         | 29,2           | 265,89                  |
| Чай с сахаром  | 200/15              | 0,021            | 0,005         | 14,975         | 60                      |
| Хлеб пшеничный                                       | 40                  | 3,04             | 0,32          | 19,68          | 94,66                   |
| <b>Итого за завтрак:</b>                             |                     | <b>24,921</b>    | <b>22,325</b> | <b>75,495</b>  | <b>593,25</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>                                  |                     |                  |               |                |                         |
| Фрукт  | 200                 | 0,52             | 0,34          | 14,7           | 104                     |
| Сок  | 200                 | 0                | 0             | 38             | 76,8                    |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>                         |                     | <b>0,52</b>      | <b>0,34</b>   | <b>52,7</b>    | <b>180,8</b>            |
| <b>Обед</b>  |                     |                  |               |                |                         |
| Сыр  | 15                  | 3,9              | 3,97          | 0,52           | 54,75                   |
| Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной | 250/15/10           | 7,5              | 8,5           | 18,2           | 155,7                   |
| Макароны отварные со сливочным маслом                | 150                 | 5,47             | 6,37          | 34,34          | 204                     |
| Котлета из говядины                                  | 90                  | 9,13             | 12,9          | 12,16          | 201,26                  |
| Хлеб ржано-пшеничный                                 | 50                  | 2,5              | 3,2           | 23,5           | 108,5                   |
| Компот из сухофруктов                                | 200                 | 0,54             | 0             | 17,58          | 70,53                   |
| <b>Итого за обед:</b>                                |                     | <b>29,04</b>     | <b>34,94</b>  | <b>106,3</b>   | <b>794,74</b>           |
| <b>Итого за день:</b>                                |                     | <b>54,481</b>    | <b>57,605</b> | <b>234,495</b> | <b>1568,79</b>          |
| <b>Цена за день:</b>                                 | <b>200,37</b>       |                  |               |                |                         |

Согласовано:  
 Директор МБОУ "Куркульская ООШ"  
 Алексеевского муниципального района  
 Макарова Т. А.



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"  
 Турнина А.А.



МЕНЮ  
 День 5

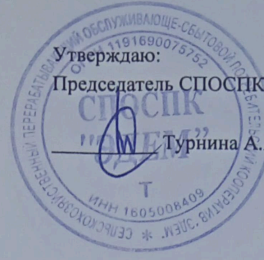
Дата " 30 " 03 2022 г.

| Приём пищи, наименование блюда                 | Масса порций, в гр. | Пищевая ценность |              |               | Энергетическая ценность |
|--|---------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|  |                     | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| <b>Завтрак</b>                                 |                     |                  |              |               |                         |
| Салат из свежих овощей                         | 60                  | 0,43             | 3,42         | 3,84          | 54,49                   |
| Гарнир сложный                                 | 150                 | 5,01             | 4,8          | 23,43         | 156,96                  |
| Тефтели мясные                                 | 90                  | 15,01            | 12,06        | 16,1          | 232,98                  |
| Хлеб пшеничный                                 | 40                  | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94,66                   |
| Чай с лимоном                                  | 200/15/7            | 0,45             | 0,05         | 15,95         | 62,3                    |
| <b>Итого за завтрак:</b>                       |                     | <b>23,94</b>     | <b>20,65</b> | <b>79</b>     | <b>601,39</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>                            |                     |                  |              |               |                         |
| Сок  | 200                 | 0                | 0            | 38            | 76,8                    |
| Фрукт  | 200                 | 0,52             | 0,34         | 14,7          | 104                     |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>                   |                     | <b>0,52</b>      | <b>0,34</b>  | <b>52,7</b>   | <b>180,8</b>            |
| <b>Обед</b>                                    |                     |                  |              |               |                         |
| Салат картофельный с солеными огурцами         | 80                  | 1,6              | 8,1          | 6,9           | 106,9                   |
| Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной | 250/15/10           | 6,59             | 7,62         | 24,45         | 232                     |
| Плов из птицы                                  | 200                 | 15,95            | 19,9         | 38,9          | 398,5                   |
| Хлеб ржано-пшеничный                           | 50                  | 2,5              | 0,5          | 22,5          | 110                     |
| Компот из свежих фруктов                       | 200                 | 0,17             | 0,17         | 19,18         | 76,8                    |
| <b>Итого за обед:</b>                          |                     | <b>26,81</b>     | <b>36,29</b> | <b>111,93</b> | <b>924,2</b>            |
| <b>Итого за день:</b>                          |                     | <b>51,27</b>     | <b>57,28</b> | <b>243,63</b> | <b>1706,39</b>          |
| <b>Цена за день:</b>                           | <b>200,37</b>       |                  |              |               |                         |

Согласовано  
 Директор МБОУ "Куркульская ООШ"  
 Алексеевского муниципального района  
 Макарова Т. А.



Утверждаю:  
 Председатель СПОСНК "Эдем"  
 Турнина А.А.



МЕНЮ  
 День 4

Дата " 29 " 03 2022 г.

| Приём пищи, наименование блюда                              | Масса порций, в гр. | Пищевая ценность |              |               | Энергетическая ценность |
|---|---------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|   |                     | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| <b>Завтрак</b>  |                     |                  |              |               |                         |
| Оладьи с повидлом   | 80/20               | 5,04             | 8,89         | 41,85         | 267,57                  |
| Омлет натуральный   | 150/5               | 9,88             | 8,95         | 11,16         | 203,5                   |
| Хлеб пшеничный  | 40                  | 1,52             | 0,16         | 9,84          | 46,88                   |
| Кисель ягодный  | 200                 | 0                | 0            | 35,94         | 118                     |
| <b>Итого за завтрак:</b>                                    |                     | <b>16,44</b>     | <b>18</b>    | <b>98,79</b>  | <b>635,95</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>   |                     |                  |              |               |                         |
| Сок   | 200                 | 0                | 0            | 38            | 76,8                    |
| Фрукт   | 200                 | 0,52             | 0,34         | 14,7          | 104                     |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>                                |                     | <b>0,52</b>      | <b>0,34</b>  | <b>52,7</b>   | <b>180,8</b>            |
| <b>Обед</b>   |                     |                  |              |               |                         |
| Салат из свежих огурцов                                     | 100                 | 0,66             | 6,08         | 1,8           | 65                      |
| Суп картофельный с макаронными изделиями на мкб со сметаной | 250/15/10           | 8,36             | 6,33         | 27,44         | 200                     |
| Каша пшеничная рассыпчатая                                  | 150                 | 6,41             | 7,6          | 22,1          | 137,44                  |
| Гуляш из говядины с соусом                                  | 50/50               | 10,5             | 7,11         | 13,2          | 161,76                  |
| Хлеб ржано-пшеничный  | 60                  | 3                | 0,6          | 27            | 132                     |
| Чай с сахаром и яблоками                                    | 200                 | 0,2              | 0,5          | 15,7          | 65,3                    |
| <b>Итого за обед:</b>                                       |                     | <b>39,63</b>     | <b>34,3</b>  | <b>91,54</b>  | <b>761,5</b>            |
| <b>Итого за день:</b>                                       |                     | <b>56,59</b>     | <b>52,64</b> | <b>243,03</b> | <b>1578,25</b>          |
| <b>Цена за день:</b>  | <b>200,37</b>       |                  |              |               |                         |

Согласовано:  
 Директор МБОУ "Куркульская СОШ"  
 Алексеевского муниципального района

*Макарова А.А.*  
 Макарова А.А.



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"

*Турнина А.А.*  
 Турнина А.А.



МЕНЮ  
 День 3

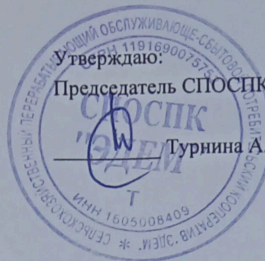
Дата " 28 " 03 2023 г.

| Приём пищи, наименование блюда                  | Масса порций, в гр. | Пищевая ценность |               |                | Энергетическая ценность |
|---|---------------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------|
|   |                     | Белки            | Жиры          | Углеводы       |                         |
| <b>Завтрак</b>                                  |                     |                  |               |                |                         |
| Сыр   | 30                  | 6,9              | 10,3          | 1,04           | 124,46                  |
| Макароны отварные со сливочным маслом           | 150                 | 5,47             | 6,37          | 34,34          | 204                     |
| Котлета куриная                                 | 90                  | 10,5             | 11,31         | 6,58           | 170,11                  |
| Хлеб пшеничный                                  | 60                  | 3,04             | 0,32          | 19,68          | 93,76                   |
| Чай с сахаром                                   | 200/15              | 0,021            | 0,005         | 14,975         | 60                      |
| <b>Итого за завтрак:</b>                        |                     | <b>25,931</b>    | <b>28,305</b> | <b>76,615</b>  | <b>652,33</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>                             |                     |                  |               |                |                         |
| Сок   | 200                 | 0                | 0             | 38             | 76,8                    |
| Кондитерское изделие                            | 50                  | 1,28             | 1,12          | 26,4           | 138,6                   |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>                    |                     | <b>1,28</b>      | <b>1,12</b>   | <b>64,4</b>    | <b>215,4</b>            |
| <b>Обед</b>                                     |                     |                  |               |                |                         |
| Помидоры свежие с маслом                        | 60                  | 0,66             | 0,12          | 2,28           | 14                      |
| Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной | 250/15/10           | 7,5              | 7,99          | 23,09          | 184                     |
| Рис отварной                                    | 150                 | 3,834            | 5,42          | 31,6           | 210                     |
| Рыба припущенная с овощами                      | 90/30               | 9,33             | 6,33          | 10,2           | 135,09                  |
| Хлеб ржано-пшеничный                            | 50                  | 2,5              | 3,2           | 23,5           | 108,5                   |
| Компот из сухофруктов                           | 200                 | 0,54             | 0             | 17,58          | 70,53                   |
| <b>Итого за обед:</b>                           |                     | <b>29,364</b>    | <b>23,3</b>   | <b>90,67</b>   | <b>722,12</b>           |
| <b>Итого за день:</b>                           |                     | <b>56,575</b>    | <b>52,725</b> | <b>231,685</b> | <b>1589,85</b>          |
| <b>Цена за день:</b>                            | <b>200,37</b>       |                  |               |                |                         |

Согласовано  
 Директор МБОУ "Буркунская ООШ"  
 Алексеевского муниципального района  
 Макарова Т. А.



Утверждаю:  
 Председатель СПОСНК "Эдем"  
 Турнина А.А.



МЕНЮ  
 День 2

Дата " 27 " 03 2023 г.

| Приём пищи, наименование блюда               | Масса порций, в гр. | Пищевая ценность |              |               | Энергетическая ценность |
|--|---------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|  |                     | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| <b>Завтрак</b>                               |                     |                  |              |               |                         |
| Каша геркулесовая молочная с маслом          | 200/10              | 8,48             | 13,28        | 16,01         | 224,28                  |
| Хлеб пшеничный                               | 40                  | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 93,76                   |
| Сырники из творога                           | 50/20               | 9,26             | 6,33         | 10,16         | 164                     |
| Чай с сахаром и курагой                      | 200/15/7            | 0,2              | 1,5          | 15,7          | 65,3                    |
| <b>Итого за завтрак:</b>                     |                     | <b>20,98</b>     | <b>21,43</b> | <b>61,55</b>  | <b>547,34</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>                          |                     |                  |              |               |                         |
| Сок  | 200                 | 0                | 0            | 38            | 76,8                    |
| Кондитерское изделие                         | 50                  | 4,25             | 2,82         | 21,3          | 138,6                   |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b>                 |                     | <b>4,25</b>      | <b>2,82</b>  | <b>59,3</b>   | <b>215,4</b>            |
| <b>Обед</b>                                  |                     |                  |              |               |                         |
| Салат из припущенной моркови с яблоками      | 60                  | 0,73             | 6,04         | 8,4           | 91                      |
| Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб | 250/15              | 7,38             | 7,5          | 23,5          | 188                     |
| Жаркое по-домашнему из говядины              | 200                 | 13,18            | 14,8         | 45            | 328,32                  |
| Хлеб ржано-пшеничный                         | 60                  | 4,7              | 3,2          | 27,6          | 158                     |
| Компот из свежих фруктов                     | 200                 | 0,17             | 0,17         | 19,18         | 76,8                    |
| <b>Итого за обед:</b>                        |                     | <b>26,16</b>     | <b>31,71</b> | <b>123,68</b> | <b>842,12</b>           |
| <b>Итого за день:</b>                        |                     | <b>51,39</b>     | <b>55,96</b> | <b>245,22</b> | <b>1604,86</b>          |
| <b>Цена за день:</b>                         | <b>200,37</b>       |                  |              |               |                         |

Согласовано  
 Директор МБОУ "Куркульская ООШ"  
 Алексеевского муниципального района  
 Макарова Т. А.

Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Одем"  
 Турнина А.А.

МЕНЮ  
 День 1

Дата " 25 " 03 2022 г.

| Приём пищи, наименование блюда              | Масса порций, в гр. | Пищевая ценность |              |                | Энергетическая ценность |
|---|---------------------|------------------|--------------|----------------|-------------------------|
|   |                     | Белки            | Жиры         | Углеводы       |                         |
| <b>Завтрак</b>                              |                     |                  |              |                |                         |
| Каша пшеничная молочная с маслом            | 200/10              | 12,09            | 13,28        | 15,97          | 231,76                  |
| Яйцо отварное                               | 40                  | 6,6              | 6,1          | 0,3            | 80                      |
| Фрукт                                       | 200                 | 0,52             | 0,34         | 14,7           | 104                     |
| Хлеб пшеничный                              | 40                  | 3,04             | 0,32         | 19,68          | 93,76                   |
| Чай с лимоном                               | 200/15/7            | 0,45             | 0,05         | 15,95          | 62,3                    |
| <b>Итого за завтрак:</b>                    |                     | <b>22,7</b>      | <b>20,09</b> | <b>66,6</b>    | <b>571,82</b>           |
| <b>2-ой завтрак</b>                         |                     |                  |              |                |                         |
| Кондитерское изделие                        | 50                  | 4,22             | 1,12         | 26,4           | 138,6                   |
| Сок   | 200                 | 0                | 0            | 38             | 76,8                    |
| <b>Итого за 2-ой завтрак:</b>               |                     | <b>4,22</b>      | <b>1,12</b>  | <b>64,4</b>    | <b>215,4</b>            |
| <b>Обед</b>                                 |                     |                  |              |                |                         |
| Винегрет овощной                            | 60                  | 0,93             | 3,05         | 18,645         | 105,75                  |
| Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной | 250/15/10           | 7,02             | 8,2          | 18,95          | 191,3                   |
| Пюре картофельное                           | 150                 | 3,43             | 7,1          | 21,1           | 146                     |
| Куриная грудка в сметанном соусе            | 50/50               | 10,2             | 12,36        | 17,3           | 221                     |
| Хлеб ржано-пшеничный                        | 50                  | 2,5              | 0,5          | 23,5           | 108,5                   |
| Чай с сахаром и яблоками                    | 200                 | 0,2              | 0,5          | 15,7           | 65,3                    |
| <b>Итого за обед:</b>                       |                     | <b>24,28</b>     | <b>31,71</b> | <b>115,195</b> | <b>837,85</b>           |
| <b>Итого за день:</b>                       |                     | <b>51,2</b>      | <b>52,92</b> | <b>246,195</b> | <b>1625,07</b>          |
| <b>Цена за день:</b>                        | <b>200,37</b>       |                  |              |                |                         |