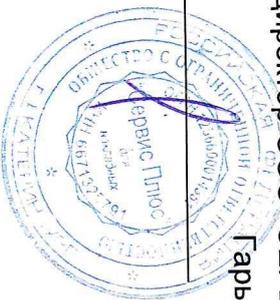


Утверждаю

Директор ООО "СЕРВИС ПЛЮС"

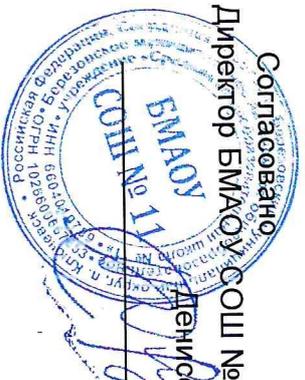
Гарьякавенко К.В.



Согласовано

Директор БМАОУ СОШ № 11

Денисова А.Н.



Примерное 10-ти дневное меню для  
учащихся БМАОУ СОШ № 11  
на период работы 2026  
для детей 5- 11 кл.



Школа

БМААΟΥ СОШ № 11

Отд./корп

2 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	250		288	10	10	40
		27/10	Чай (вариант 2)	200		19	0	0	5
	гор.напиток	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	хлеб		Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22
	фрукты		Печенье	40		169	3	4	31
Обед	закуска	22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250		138	7	6	15
	1 блюдо	6/8/1	Плов из мяса кур	250		402	16	25	29
	2 блюдо	29/10	Чай с лимоном	200		36	0	0	9
	гарнир		Хлеб пшеничный витаминизированный	80		187	5	1	39
	напиток		Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22
			хлеб бел.						
		хлеб черн.							

Школа

БМАДОУ СОШ № 11

Отд./корп

3 День

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250		268	8	8	41
		2/6	Омлет запеченный или паровой	70		81	5	6	1
	гор.напиток	3/13	Батон витаминизированный с маслом и сыром	35		123	4	6	14
	хлеб	29/10	Чай с лимоном	200		28	0	0	7
	фрукты	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22
Обед	закуска	2/2	Борщ со сметаной	250		139	2	9	13
	1 блюдо	5/9/1	Котлеты из мяса птицы	100		208	15	12	9
	2 блюдо		Соус томатный	20		11	0	1	1
	гарнир	43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180		285	4	9	46
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	200		37	0	0	10
	хлеб бел.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	60		140	4	0	30
	хлеб черн.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22

Школа

БМАОУ СОШ № 11

Отд./корп

4 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	250		245	7	10	33
		8/5	Запеканка (сырники) из творога	70		147	10	6	14
	гор.напиток		Молоко стуженное	10		32	1	1	6
	хлеб	27/10	Чай (вариант 2)	200		19	0	0	5
	фрукты	1/13	Батон витаминизированный с маслом Хлеб "Чусовской" витаминизированный	30 40		113 100	2 3	5 1	15 22
Обед	закуска	29/2	Суп-пюре из картофеля	250		91	3	2	16
	1 блюдо	40/2	Гренки (сухарики)	10		25	1	0	5
	2 блюдо	12/8/1	Гуляш из мяса свинины	100		297	11	27	3
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180		205	8	2	41
	напиток	37/10	Напиток из апельсина	200		50	0	0	13
	хлеб бел. хлеб черн.		Хлеб пшеничный витаминизированный Хлеб "Чусовской" витаминизированный	60 40		140 100	4 3	0 1	30 22





Школа

БМАОУ СОШ № 11

Отд./корп

7 День

Дата

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	8/3	Картофель, запеченный с яйцом	250		369	12	14	51
		1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	30		24	1	2	2
	гор.напиток	2/13	Батон витаминизированный с сыром	30		94	4	3	13
	Хлеб	27/10	Чай (вариант 2)	200		19	0	0	5
	фрукты		Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22
Обед	закуска	18/2	Суп с клецками	250		160	7	6	20
	1 блюдо	5/8	Плов из отварного мяса свинины	250		449	14	23	46
	2 блюдо	37/10	Напиток из шиповника	200		37	0	0	10
	гарнир		Хлеб пшеничный витаминизированный	70		164	5	0	34
	Напиток		Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22
		хлеб бел.							
	хлеб черн.								





Школа

БМАОУ СОШ № 11

Отд./корт

10 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	250		387	12	16	49
		2/13	Батон витаминизированный с сыром	35		110	4	3	15
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200		17	0	0	4
	хлеб		Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22
	фрукты		Фрукты	100		49	0	0	12
Обед	закуска	28/2	Суп-пюре гороховый	250		216	7	13	19
	1 блюдо	40/2	Гренки (сахарки)	10		27	1	0	6
	2 блюдо		Соус томатный	20		11	0	1	1
	гарнир	5/9	Тефтели из мяса птицы	100		172	13	7	13
	напиток	3/3	Картофельное пюре	180		156	4	6	22
	хлеб бел.	37/10	Напиток из шиповника	200		37	0	0	10
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный витаминизированный	50		117	3	0	25
			Хлеб "Чусовской" витаминизированный	40		100	3	1	22