

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 1

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Каша молочная рисовая	200	5,84	6,88	29,30	204,62	
Масло сливочное	9	0,07	6,52	0,12	59,49	
Сыр Российский	10	3,00	4,00	0,09	48,36	
Чай с лимоном	200	0,20	0,0	10,18	43,26	
Хлеб ржаной	20	0,72	0,14	8,86	39,58	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Итого	579				536,31	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Каша молочная рисовая	240	7,01	8,26	35,16	245,54	
Масло сливочное	12	0,10	8,70	0,16	79,32	
Сыр Российский	13	3,90	5,20	0,12	62,87	
Чай с лимоном	200	0,20	0,0	10,18	43,26	
Хлеб ржаной	35	1,26	0,24	15,50	69,26	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	
Свежие фрукты	100					
Итого	650				664,75	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 2

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Мясо свинины тушеное с овощами в соусе	200	15,40	17,38	24,32	315,16	
Огурец/ помидор нарезной	60	0,48	0,0	1,80	9	
Сок фруктовый	200	0,82	0,16	32,0	132,72	
Кондитерское изделие (печенье галетное)	20	1,40	2,36	10,40	34,46	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Итого	520				585,34	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Мясо тушеное с овощами в соусе	200	15,40	17,38	24,32	315,16	
Огурец/ помидор нарезной	100	0,80	0,10	2,50	14	
Сок фруктовый	200	0,82	0,16	32,0	132,72	
Кондитерское изделие (печенье)	25	1,75	2,95	13,00	85,55	
Хлеб пшеничный	48	3,79	0,48	23,18	112,8	
Итого	575				664,93	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 3

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетич · Ценность	Сумм а
Пудинг из творога (запеченный)	160	19,41	14,13	35,26	312,83	
Соус сметанный сладкий	20	0,86	1,50	4,64	35,57	
Кофейный напиток с молоком	200	4,20	3,78	12,86	102,42	
Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,90	82,25	
Свежие фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47	
Итого	510				568,32	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жир ы	Углевод ы	Энергетич · Ценность	Сумм а
Пудинг из творога (запеченный)	200	24,26	17,66	44,08	391,04	
Соус сметанный сладкий	20	0,86	1,50	4,64	35,57	
Кофейный напиток с молоком	200	0,0	0,0	13,10	52,64	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Свежие фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47	
Итого	560				670,03	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»

Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 4

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Рыба, тушенная с овощами	100	8,37	9,37	13,07	189,09	
Картофельное пюре	150	3,85	7,45	23,91	178,74	
Огурец/помидор нарезной	60	0,48	0,0	1,80	9	
Чай с лимоном	200	0,20	0,0	10,18	43,26	
Хлеб ржаной	20	0,72	0,14	8,86	39,58	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Итого	570				553,67	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Рыба, тушенная с овощами	120	10,04	11,24	15,68	226,91	
Картофельное пюре	150	3,85	7,45	23,91	178,74	
Огурец/ помидор нарезной	100	0,80	0,10	2,50	14	
Чай с лимоном	200	0,20	0,00	10,18	43,26	
Хлеб ржаной	35	1,26	0,24	15,50	69,26	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	
Итого	655				649,67	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»

Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 5

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Плов из птицы	200	18,06	17,54	36,76	377,14	
Огурец/помидор нарезной	60	0,48	0,0	1,80	9	
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	10,18	43,26	
Хлеб ржаной	20	0,72	0,14	8,86	39,58	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Итого	520				562,98	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Плов из птицы	200	18,06	17,54	36,76	377,14	
Огурец/ помидор нарезной	100	0,80	0,10	2,50	14	
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,18	43,26	
Хлеб ржаной	35	1,26	0,24	15,50	69,26	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	
Итого	585				621,16	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 6

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Каша гречневая молочная	200	5,84	6,88	29,30	204,62	
Сыр Российский	10	3,0	4,0	0,09	46,36	
Масло сливочное	9	0,07	6,52	0,12	59,49	
Хлеб ржаной	20	0,72	0,14	8,86	39,58	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Чай с лимоном	200	0,20	0,0	10,18	43,26	
Свежие фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	45	
Итого	579				534,31	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Каша гречневая молочная	240	7,01	8,26	35,16	245,54	
Сыр Российский	13	3,90	5,20	0,12	62,87	
Масло сливочное	12	0,10	6,70	0,16	79,32	
Хлеб ржаной	35	1,26	0,24	15,50	69,26	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	
Чай с лимоном	200	0,20	0,0	10,18	43,26	
Свежие фрукты	100	0,40	0,40	9,80	45	
Итого	650				662,75	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 7

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Птица тушеная	100	8,89	7,79	9,69	146,88	
Макаронные изделия отварные маслом	150	4,66	5,94	36,90	220,86	
Огурец/помидор нарезной	60	0,48	0,0	1,80	9	
Какао с молоком	200	4,14	3,66	12,76	101,54	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Итого	550				572,28	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Птица тушеная	120	10,67	9,35	11,63	176,26	
Макаронные изделия отварные маслом	150	4,66	5,94	36,90	220,86	
Овощи по сезону	100	0,80	0,10	2,50	14	
Какао с молоком	200	4,14	3,66	12,76	101,54	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	
Плоды свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	
Итого	620				630,16	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 8

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Котлеты из говядины	100	5,64	7,53	9,49	152,23	
Картофельное пюре	150	3,85	7,45	23,91	178,74	
Огурец/ помидор нарезной	60	0,48	0,0	1,80	9	
Хлеб ржаной	20	0,72	0,14	8,86	39,58	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	
Компот из сухофруктов	200	0,20	0,16	25,98	106,12	
Итого	560				556,17	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Котлеты рубленые	100	5,64	7,53	9,49	152,23	
Картофельное пюре	150	3,85	7,45	23,91	178,74	
Огурец/помидор нарезной	100	0,80	0,10	2,50	14	
Хлеб ржаной	35	1,26	0,24	15,50	69,26	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	
Компот из сухофруктов	200	0,20	0,16	25,98	106,12	
Итого	535				637,85	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 9

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Омлет	180	17,37	24,50	14,65	294,03	
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	
Сыр Российский	10	3,00	4,00	0,09	48,36	
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	10,18	43,26	
Хлеб ржаной	20	0,72	0,14	8,86	39,56	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Итого	500				567,13	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Омлет	200	19,30	27,22	16,28	326,7	
Икра кабачковая	100	1,90	1,0	5,0	36	
Сыр Российский	13	3,90	5,20	0,12	62,87	
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	10,16	46,26	
Хлеб ржаной	35	1,26	0,24	15,50	69,26	
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	
Итого	598				655,59	

«УТВЕРЖДАЮ»
ООО «КУБАНСКАЯ СТЕПЬ»
ДИРЕКТОР
ПОПОВ С.Н.



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОБУ СОШ №9
Им. полного кавалера Ордена
Им. полного кавалера Ордена
Славы В.И. Аманова
Т.В. Дорошенко



ДЕНЬ 10

Учащиеся 1-4 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Птица, тушенная в соусе с овощами	200	11,78	11,58	17,38	223,76	
Огурец/ помидор	60	0,48	0,0	1,80	9	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	66,68	
Хлеб ржаной	20	0,72	0,14	8,86	39,58	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Кондитерское изделие	20	1,40	2,36	10,40	68,44	
Свежие фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47	
Итого	640				548,46	

Учащиеся 5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции, г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ич. Ценнос ть	Сумма
Птица, тушенная в соусе с овощами	220	12,96	12,74	19,12	246,14	
Огурец/помидор нарезной	100	0,80	0,10	2,50	14	
Кондитерское изделие	25	1,75	2,95	13,00	85,55	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	66,68	
Хлеб ржаной	35	1,26	0,24	15,50	66,26	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	
Свежие фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47	
Итого	720				622,63	

