

Согласовано:

Директор ГБОУ СОШ с. Герасимовка  
Саяпина Н.А.



ГБОУ СОШ с. Герасимовка

МЕНЮ

11 ДЕКАБРЯ 2025 ГОД

| № рецептур                | Наименование блюда                        | Выход гр<br>1 кл-11 кл,<br>ОВЗ | Выход гр<br>Многодет         | Выход гр<br>СВО<br>5 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал |        |
|---------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------|--------|
| ЗАВТРАК                   |                                           |                                |                              |                               |                  |        |
| 234                       | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая | 200                            | 200                          | 200                           | 221,6            |        |
| 526                       | Оладьи со сгущенным молоком               | 150                            | 150                          | 150                           | 429              |        |
| 648                       | Кисель                                    | 200                            | 200                          | 200                           | 145,08           |        |
| 63                        | Бутерброд с сыром                         | ---                            | 50                           | ---                           | 149              |        |
| 389                       | Сок фруктовый                             | ---                            | ---                          | 200                           | 86,6             |        |
| Итого                     |                                           | 550                            | 600                          | 750                           | 1031,28          |        |
| ОБЕД                      |                                           |                                |                              |                               |                  |        |
| № рецептур                | Наименование блюда                        | Выход гр<br>1 кл-11 кл,<br>ОВЗ | Выход гр<br>СВО<br>1 кл-4 кл | Выход гр<br>СВО<br>5 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал |        |
| 113                       | Суп лапша по-домашнему                    | 250                            | 250                          | 250                           | 92,6             |        |
| 177                       | Рагу из овощей                            | 180                            | 180                          | 180                           | 142              |        |
| 279                       | Тефтели из курицы с соусом                | 110                            | 110                          | 110                           | 323              |        |
| 54-7з-2020                | Салат из белокочанной капусты             | 60                             | 60                           | 60                            | 114,4            |        |
| 348                       | Компот из свежих яблок                    | 200                            | 200                          | 200                           | 97,6             |        |
| 573                       | Хлеб пшеничный                            | 40                             | 40                           | 40                            | 93,6             |        |
| 574                       | Хлеб ржаной                               | 30                             | 30                           | 30                            | 61,8             |        |
| Итого                     |                                           | 870                            | 870                          | 870                           | 925              |        |
| Для всего меню содержится |                                           |                                |                              |                               |                  |        |
| Пищевые вещества, г       |                                           |                                | Минеральные вещества, мг     |                               |                  |        |
| Белки                     | Жиры                                      | Углеводы                       | Са                           | Mg                            | Р                | Fe     |
| 47,52                     | 47,57                                     | 189,84                         | 1835,3                       | 247,26                        | 1036             | 51,48  |
| Витамины                  |                                           |                                |                              |                               |                  |        |
| А, мг                     | В1, мг                                    | В2, мг                         | В6, мг                       | С, мг                         | Н, мкг           | РР, мг |
| 360.8                     | 0.73                                      |                                |                              | 174,35                        |                  | 12,32  |