



«Утверждаю»

Директор МБОУ Чатаевская ООШ  
(наименование ОО)  
Раут М.В.  
(ФИО руководителя)

МЕНЮ на 17.03 2025г.  
Неделя I  
День I

1-4 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции, г	Калорийность, кКал
1	Помидор в нарезке	60	13
2	Плов с курицей	200	314,6
3	Хлеб пшеничный	20	46,9
4	Какао с молоком	180	90,36
5	Яблоко	100	44,4
6	Хлеб ржано—пшеничный	20	39
	Итого:	580	626,9

5-9 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции, г	Калорийность, кКал
2	Плов с курицей	200	314,6
3	Хлеб пшеничный	40	93,8
4	Какао с молоком	200	100,4
	Итого:	560	569,08

ОВЗ

№ п/п	Наименование блюда	вес порции, г	Калорийность, кКал
1	Помидор в нарезке	60	15
2	Плов с курицей	200	314,6
3	Хлеб пшеничный	20	93,8
4	Какао с молоком	180	100,4
5	Яблоко	100	44,4
6	Хлеб ржано—пшеничный	20	58,7
7	Печенье	30	140
	Итого:	610	766,9

Повар (подпись) Иванова М.В.  
(ФИО)



«Согласен и подтверждаю»

Директор МБОУ Чапаевская ООШ  
Чапаевская (наименование ОО)  
Раут М.В.  
(ФИО руководителя)

МЕНЮ на 18.03 2025г.  
Неделя 1  
День 2  
1-4 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Огурец в нарезке	60	9
2	Гуляш из говядины	90	130
3	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано—пшеничный	70	47
4	Каша рассыпчатая гречневая	150	281
5	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	76
	ИТОГО:	550	543

5—9 классы

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Гуляш из говядины	90	130
2	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано—пшеничный	40	27
3	Каша рассыпчатая гречневая	200	375
4	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	84
	ИТОГО:	530	616

ОВЗ

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Огурец в нарезке	60	9
2	Гуляш из говядины	90	130
3	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано—пшеничный	70	47
4	Каша рассыпчатая гречневая	150	281
5	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	76
6	Яблоко	100	44
	ИТОГО:	650	587

Повар  
(подпись)

  
(ФИО)

Иванова М.В.

«Утверждаю»



Директор МБОУ Чапаевская ООШ  
(наименование ОО)

Раут М.В.  
(ФИО руководителя)

МЕНЮ на 19.03

Неделя 1

День 3

1-4 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Свекла отварная дольками	60	26,4
2	Голубцы ленивые	200	300,4
3	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано— пшеничный	40	81,7
4	Чай с сахаром	200	16
	ИТОГО:	500	474,5

5-9 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции, г	Калорийность, кКал
1	Голубцы ленивые	200	300,4
2	Хлеб пшеничный	40	81,7
3	Чай с сахаром	200	16
	ИТОГО:	500	398,1

ОВЗ

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Свекла отварная дольками	60	26,4
2	Голубцы ленивые	200	300,4
3	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано— пшеничный	40	81,7
4	Чай с сахаром	200	16
5	Яблоко	100	44
	ИТОГО:	600	518,5

Повар  
(подпись)

  
(ФИО)

Иванова М.В.

«Утверждаю»



Директор МБОУ Шапаевская ООШ  
(наименование ОО)  
Раут М.В.  
(подпись) (ФИО руководителя)

МЕНЮ на 20.03 2025г.

Неделя 1

День 4

1-4 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Помидор в нарезке	60	6,78
2	Рыба, тушеная в томате с овощами(минтай)	100	284,1
3	Хлеб пшеничный, хлеб ржано—пшеничный	40	70,7
4	Компот из смеси сухофруктов	180	56
5	Макароны отварный	150	111
	ИТОГО:	540	527,82

5-9 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции, г	Калорийность, кКал
1	Рыба, тушеная в томате с овощами(минтай)	100	284,1
2	Хлеб пшеничный, хлеб ржано—пшеничный	40	70,7
3	Компот из смеси сухофруктов	180	56
4	Макароны отварный	150	111
	ИТОГО:	520	527,82

ОВЗ

1-4 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Помидор в нарезке	60	6,78
2	Рыба, тушеная в томате с овощами(минтай)	100	284,1
3	Хлеб пшеничный, хлеб ржано—пшеничный	40	70,7
4	Компот из смеси сухофруктов	180	56
5	Макароны отварный	150	111
	ИТОГО:	540	527,82

Повар  
(подпись)

(ФИО)

Иванова М.В.



«Утверждаю»

Директор МБОУ Чапаевская ООШ  
(наименование ОО)

Раут М.В.  
(ФИО руководителя)

МЕНЮ на 21.03 2025г.

Неделя 1

День 5

1-4 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции,г	Калорийность, кКал
1	Огурец в нарезке	60	6,78
2	Курица отварная	100	319
3	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано—пшеничный	40	70,7
4	Сок яблочный	180	36
5	Рис отварной	150	115,8
	ИТОГО:	530	538,28

5-9 класс

№ п/п	Наименование блюда	вес порции, г	Калорийность, кКал
1	Огурец в нарезке	60	6,78
2	Курица отварная	100	319
3	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано—пшеничный	30	70,7
4	Чай с сахаром	200	16
5	Рис отварной	150	115,8
	ИТОГО:	540	578,28

ОВЗ

1	Огурец в нарезке)	60	6,78
2	Курица отварная	100	319
3	Хлеб пшеничный, Хлеб ржано—пшеничный	40	70,7
4	Сок яблочный	180	36
5	Рис отварной	150	115,8
6	Яблоко	100	44
	ИТОГО:	630	582,28

Повар  
(подпись)

(ФИО)

Иванова М.В. \_\_\_\_\_