

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ «АЛТАЙСКАЯ СОШ №2»)

Утверждаю  
директор МБОУ «Алтайская СОШ №2»



Т.В. Бауэр

## 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

### ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ



2023-2024

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
 «АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
 ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
 (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: понедельник

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
<b>завтрак (1,4 классы)</b>	Салат из белокочанной капусты	70	3,17	3	0,99	3,55	6,31	61,18
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Макароны запеченные с сыром	180	17,45	21	9,63	10,14	41,36	280,69
	Апельсин	250	37,25	60	2,25	0,5	20,25	107,5
	Кекс	45	8,33	33	5,26	9,65	52,38	317,14
	<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>70,30</b>		<b>20,76</b>	<b>31,39</b>	<b>147,52</b>	<b>927,71</b>
	<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>							
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	Салат из белокочанной капусты	70	3,17	3	0,99	3,55	6,31	61,18
	Борщ с капустой	200	6,98	28	1,45	3,93	100,20	82,00



	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>63,16</b>		<b>14,712</b>	<b>29,388</b>	<b>128,713</b>	<b>833,64</b>
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>							
	Винегрет	70	5,56	12	0,956	4,328	5,903	66,36
	Вареники	180	41,65	61	4,00	5,00	32,00	189,00
	Суп с макаронными изделиями и мясом птицы	200	7,10	4	2,38	2,26	12,56	80,10
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,77	6	4,28	13,2	25,57	238,00
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>63,56</b>		<b>11,652</b>	<b>24,788</b>	<b>98,313</b>	<b>658,24</b>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ "Алтайская СОШ №2+RC:R[23]C[8])

Неделя: первая

День: среда

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>завтрак (1,4 классы)</b>	<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>							
	Салат из свеклы	60	0,58	18	0,86	3,65	5,02	56,34
	Рис отварной	150	8,96	46	3,65	5,37	36,68	209,7

	Куриная голень жареная	100	27,16	22	32,00	12,00	3,00	243,00	
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,656	26,79	
	Кисель плодово-ягодный	180	4,92	37	1,22	0	26,12	109,37	
	Коржик	60	16,00	31	3,59	6,57	35,66	216	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00	
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>61,79</b>		<b>44,151</b>	<b>37,255</b>	<b>122,756</b>	<b>997,2</b>	
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>								
	Салат из свеклы	60	0,58	18	0,86	3,65	5,02	56,34	
	Рис отварной	150	8,96	46	3,65	5,37	36,68	209,7	
	Куриная голень жареная	100	27,16	22	32,00	12,00	3,00	243,00	
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,656	26,79	
	Щи из свежей капусты	200	5,12	17	1,40	3,91	6,79	67,80	
	Кисель плодово-ягодный	180	4,92	37	1,22	0	26,12	109,37	
	Коржик	60	16,00	31	3,59	6,57	35,66	216	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00	
	<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>66,91</b>		<b>45,551</b>	<b>41,165</b>	<b>129,546</b>	<b>1065</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА

## (МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: четверг

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
<b>завтрак (1,4 классы)</b>	Салат "Зимний"	60	6,33	51	0,745	4,273	2,096	49,303
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	6,39	23	7,46	5,61	35,84	230,45
	Тефтели	100	31,71	19,00	12,00	18,00	8,80	245,00
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,38	2,115	1,650	26,79
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Кисломолочные напитки Йогурт	115	32,66	14	3,38	3,02	13,31	89,70
	<b>Итого</b>	<b>675</b>	<b>82,64</b>		<b>26,596</b>	<b>40,568</b>	<b>88,916</b>	<b>802,443</b>
<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>								
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	Салат "Зимний"	60	6,33	51	0,745	4,273	2,096	49,303
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	6,39	23	7,46	5,61	35,84	230,45
	Тефтели	100	31,71	19,00	12,00	18,00	8,80	245,00
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,650	26,79

Рассольник Ленинградский, с мясом и со сметаной	200	10,04	2	1,68	4,09	13,27	96,60
Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
Яблоко	150	19,35	60	0,60	0,6	14,70	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>79,37</b>		<b>25,496</b>	<b>42,238</b>	<b>103,576</b>	<b>879,843</b>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: первая

День: пятница

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
<b>завтрак (1,4 классы)</b>	Салат из моркови с растительным маслом	60	4,50	8	0,73	4,52	3,89	57,49
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Сок	180	9,00	29	0,90	0	18,80	76,32
	Яблоко	150	19,35	60	0,60	0,6	14,70	70,5

	Кекс	45	8,33	33	5,26	9,65	52,38	317,14
	Пюре картофельное	150	4,41	39	3,06	4,80	20,45	137,25
	Курица тушеная в сметанно-томатном соусе	90	22,54	54	13,77	14,88	5,31	232,12
	<b>Итого</b>	<b>715</b>	<b>70,85</b>		<b>26,77</b>	<b>42</b>	<b>130,15</b>	<b>1026,82</b>
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>							
	Салат из моркови с растительным маслом	60	4,50	8	0,73	4,52	3,89	57,49
	Борщ с капустой	200	6,98	28	1,45	3,93	100,20	82,00
	Пюре картофельное	150	4,41	39	3,06	4,80	20,45	137,25
	Курица тушеная в сметанно-томатном соусе	90	22,54	54	13,77	14,88	5,31	232,12
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Яблоко	150	19,35	60	0,60	0,6	14,70	70,5
	Кекс	45	8,33	33	5,26	9,65	52,38	317,14
	Сок	180	9,00	29	0,90	0	18,80	76,32
		<b>Итого</b>	<b>915</b>	<b>77,83</b>		<b>28,22</b>	<b>45,93</b>	<b>230,35</b>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ "Алтайская СОШ №2)



Неделя: вторая

День: понедельник

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
<b>завтрак (1,4 классы)</b>	Салат из белокочанной капусты	70	3,17	3	0,99	3,55	6,31	61,18
	Макароны запеченные с сыром	180	17,45	21	9,63	10,14	41,36	280,69
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Коржик	60	16,00	31	3,59	6,57	35,66	216
	Яблоко	150	19,35	60	0,60	0,6	14,70	70,5
	<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>60,07</b>		<b>17,44</b>	<b>28,41</b>	<b>125,25</b>	<b>789,57</b>
	<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>							
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	Салат из белокочанной капусты	70	3,17	3	0,99	3,55	6,31	61,18
	Рассольник Ленинградский, с мясом и со сметаной	200	10,04	2	1,68	4,09	13,27	96,60
	Макароны запеченные с сыром	180	17,45	21	9,63	10,14	41,36	280,69
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Коржик	60	16,00	31	3,59	6,57	35,66	216

Яблоко	150	19,35	60	0,60	0,6	14,70	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
<b>Итого:</b>	<b>880</b>	<b>70,12</b>		<b>19,12</b>	<b>32,5</b>	<b>138,52</b>	<b>886,17</b>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: вторник

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
<b>завтрак (1,4 классы)</b>	Салат "Зимний"	60	6,33	51	0,745	4,273	2,096	49,303
	Плов из птицы	180	27,11	5	24,36	20,40	42,83	452,40
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Булочка домашняя	100	8,73	55	7,27	12,51	53,91	357,5
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>49,39</b>		<b>34,861</b>	<b>44,733</b>	<b>135,736</b>	<b>1079,983</b>
<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>								
	Салат "Зимний"	70	7,08	51	0,869	4,98	2,44	57,52

обед (2,3 классы, сотрудники)	Плов из птицы	180	27,11	5	24,36	20,40	42,83	452,40
	Борщ с капустой	200	6,98	28	1,45	3,93	100,20	82,00
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,77	6	4,28	13,2	25,57	238,00
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>50,43</b>		<b>30,995</b>	<b>42,51</b>	<b>193,32</b>	<b>914,7</b>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: среда

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
завтрак (1,4 классы)	Винегрет	70	5,56	12	0,956	4,328	5,903	66,36
	Пельмени	180	52,27	24	18,00	28,00	45,00	446,40
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Манник со сгущенным молоком	100	18,56	62	8,58	16,44	48,14	290,60
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>80,49</b>		<b>30,166</b>	<b>56,318</b>	<b>126,263</b>	<b>964,56</b>
<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>								

<b>обед</b> <b>(2,3</b> <b>классы, сотрудники)</b>	Винегрет	70	5,56	12	0,956	4,328	5,903	66,36
	Пельмени	180	52,27	24	18,00	28,00	45,00	446,40
	Щи из свежей капусты	200	5,12	17	1,40	3,91	6,79	67,80
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,60	25,20
	Манник со сгущенным молоком	100	18,56	62	8,58	16,44	48,14	290,60
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>85,61</b>		<b>31,566</b>	<b>60,228</b>	<b>133,053</b>	<b>1032,36</b>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая      День: четверг

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
<b>завтрак</b> <b>(1,4 классы)</b>	Салат из моркови с растительным маслом	60	4,50	8	0,73	4,52	3,89	57,49
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	6,39	23	7,46	5,61	35,84	230,45

	Курица тушеная в сметанно-томатном соусе	90	22,54	54	13,77	14,88	5,31	232,12
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Кисломолочные напитки Йогурт	115	32,66	14	3,38	3,02	13,31	89,70
	<b>Итого</b>	<b>635</b>	<b>73,31</b>		<b>27,826</b>	<b>35,58</b>	<b>95,25</b>	<b>830,54</b>
	<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>							
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	Салат из моркови с растительным маслом	60	4,50	8	0,73	4,52	3,89	57,49
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	6,39	23	7,46	5,61	35,84	230,45
	Курица тушеная в сметанно-томатном соусе	90	22,54	54	13,77	14,88	5,31	232,12
	Суп с макаронными изделиями и мясом птицы	200	7,10	4	2,38	2,26	12,56	80,10
	Компот из смеси сухофруктов	180	4,49	11	0,036	0	22,28	84,78
	Кисломолочные напитки Йогурт	115	32,66	14	3,38	3,02	13,31	89,70
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00

	<b>Итого:</b>	<b>835</b>	<b>80,40</b>		<b>30,206</b>	<b>37,84</b>	<b>107,81</b>	<b>910,64</b>
--	---------------	------------	--------------	--	---------------	--------------	---------------	---------------

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
ИМЕНИ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ И.А.ЯРКИНА  
(МБОУ "Алтайская СОШ №2)

Неделя: вторая

День: пятница

Прием пищи	Наименование продукта	Масса порций	Цена	№ Технолог. карты	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>Завтрак 1,4 классы -1 смена</b>								
<b>завтрак (1,4 классы)</b>	Салат из свеклы	60	0,58	18	0,86	3,65	5,02	56,34
	Пюре картофельное	150	4,41	39	3,06	4,80	20,45	137,25
	Сосиска	108	19,17	27	39,84	41,28	2,40	504,96
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
	Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,656	26,79
	Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,6	25,2
	Апельсин	250	37,25	60	2,25	0,5	20,25	107,5
	<b>Итого</b>	<b>818</b>	<b>66,96</b>		<b>49,021</b>	<b>59,895</b>	<b>76,996</b>	<b>994,04</b>
<b>Обед 2,3 классы – 2 смена</b>								
<b>обед (2,3 классы, сотрудники)</b>	Салат из свеклы	60	0,58	18	0,86	3,65	5,02	56,34
	Борщ с капустой	200	6,98	28	1,45	3,93	100,20	82,00

Пюре картофельное	150	4,41	39	3,06	4,80	20,45	137,25
Сосиска	108	19,17	27	39,84	41,28	2,40	504,96
Соус сметанный с томатом	30	1,45	52	0,381	2,115	1,656	26,79
Апельсин	250	37,25	60	2,25	0,5	20,25	107,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	6	2,45	7,55	14,62	136,00
Чай с сахаром	180	1,38	48	0,18	0	12,6	25,2
<b>Итого</b>	<b>1018</b>	<b>73,94</b>		<b>50,471</b>	<b>63,825</b>	<b>177,196</b>	<b>1076,04</b>