



07.04.2025г

**Бершетская средняя школа**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак (начальная школа) 1-4 кл</b>		
200	<i>Каша Дружба молочная</i>	Калор-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28
45	<i>Бутерброд с повидлом</i>	Калор-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, Железо-1
1шт	<i>Плоды свежие</i>	Калор-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, Железо-3
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калор-38, Углеводы-9, Железо-1
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калор-47, Белки-2, Углеводы-10
<b>Итого за завтрак</b>		Калор-481, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-85, Железо-5
<b>Обед (начальная школа) 1-4 кл</b>		
60	<i>Икра кабачковая</i>	Калор-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
200	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	Калор-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, Железо-1
90	<i>Шницель рубленый</i>	Калор-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14, Железо-1
150	<i>Макароны отварные с овощами</i>	Калор-156, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26, Железо-1
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калор-86, Белки-1, Углеводы-20, Железо-3
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калор-52, Белки-2, Углеводы-10, Железо-1
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калор-47, Белки-2, Углеводы-10
<b>Обед (средняя школа) 5-11 кл</b>		
100	<i>Икра кабачковая</i>	Калор-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, Железо-1
250	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	Калор-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Железо-1
100	<i>Шницель рубленый</i>	Калор-229, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-16, Железо-2
180	<i>Макароны отварные с овощами</i>	Калор-187, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-31, Железо-1
200	<i>Сок фруктовый</i>	Калор-86, Белки-1, Углеводы-20, Железо-3
40	<i>Хлеб ржаной</i>	Калор-70, Белки-3, Углеводы-13, Железо-2
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калор-71, Белки-2, Углеводы-15
<b>Итого за обед</b>		Калор-1574, Белки-58, Жиры-53, Углеводы-215, Железо-17

Учащиеся льготных категорий	1-4 кл завтрак	1-4 кл обед	5-11 кл обед
Учащиеся 1-4 кл	101-27 (1 смена)	101-27 (2 смена)	
Многодетные семьи	101-27	101-27	113-54
Малоимущие семьи	101-27	101-27	113-54
Учащиеся 5-11 кл			120/135



08.04.2025г

## Бершетская средняя школа



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак (начальная школа) 1-4 кл</b>		
160	Омлет натуральный	Калор-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, Железо-3
60	Зеленый горошек отварной	Калор-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3
40	Кондитерское изделие	Калор-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Железо-1
200	Какао с молоком	Калор-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Железо-1
40	Хлеб пшеничный	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20
<b>Итого за завтрак</b>		Калор-602, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-70, Железо-5
<b>Обед (начальная школа) 1-4 кл</b>		
60	Салат из свеклы отварной	Калор-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Железо-1
200/5	Суп Крестьянский со сметаной	Калор-98, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, Железо-1
100	Рыба, тушеная в томате с овощами	Калор-147, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-6, Железо-6
150	Пюре картофельное	Калор-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16, Железо-1
200	Напиток из шиповника	Калор-97, Белки-1, Углеводы-23, Железо-2
30	Хлеб ржаной	Калор-52, Белки-2, Углеводы-10, Железо-1
60	Хлеб пшеничный	Калор-141, Белки-5, Углеводы-30, Железо-1
<b>Обед (средняя школа) 5-11 кл</b>		
100	Салат из свеклы отварной	Калор-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, Железо-1
250/10	Суп Крестьянский со сметаной	Калор-129, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-15, Железо-1
120	Рыба, тушеная в томате с овощами	Калор-177, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-8, Железо-8
180	Пюре картофельное	Калор-166, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20
200	Напиток из шиповника	Калор-97, Белки-1, Углеводы-23, Железо-2
40	Хлеб ржаной	Калор-70, Белки-3, Углеводы-13, Железо-2
30	Хлеб пшеничный	Калор-71, Белки-2, Углеводы-15
<b>Итого за обед</b>		Калор-1524, Белки-57, Жиры-53, Углеводы-203, Железо-25
<b>Итого за день</b>		Калор-2126, Белки-82, Жиры-78, Углеводы-273, Железо-30

Учащиеся льготных категорий	1-4 кл завтрак	1-4 кл обед	5-11 кл обед
Учащиеся 1-4 кл	101-27 (1 смена)	101-27 (2 смена)	
Многодетные семьи	101-27	101-27	113-54
Малоимущие семьи	101-27	101-27	113-54
Учащиеся 5-11 кл			120/135



09.04.2025г

## Бершетская средняя школа



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак (начальная школа) 1-4 кл</b>		
90	Котлеты Школьные	Калор-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, Железо-2
150	Макаронные изделия отварные	Калор-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Железо-1
200	Чай с лимоном	Калор-40, Углеводы-10, Железо-1
60	Хлеб пшеничный	Калор-141, Белки-5, Углеводы-30, Железо-1
<b>Итого за завтрак</b>		Калор-515, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-79, Железо-4
<b>Обед (начальная школа) 1-4 кл</b>		
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калор-58, Жиры-6, Углеводы-1
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калор-92, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Железо-1
90	Биточки из птицы	Калор-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Железо-1
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калор-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Железо-3
200	Компот из смеси сухофруктов	Калор-84, Белки-1, Углеводы-20, Железо-1
30	Хлеб ржаной	Калор-52, Белки-2, Углеводы-10, Железо-1
40	Хлеб пшеничный	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20
<b>Обед (средняя школа) 5-11 кл</b>		
100	Салат из соленых огурцов с луком	Калор-96, Жиры-10, Углеводы-1
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калор-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, Железо-1
100	Биточки из птицы	Калор-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, Железо-1
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калор-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, Железо-4
200	Компот из смеси сухофруктов	Калор-84, Белки-1, Углеводы-20, Железо-1
40	Хлеб ржаной	Калор-70, Белки-3, Углеводы-13, Железо-2
30	Хлеб пшеничный	Калор-71, Белки-2, Углеводы-15
<b>Итого за обед</b>		Калор-1534, Белки-57, Жиры-60, Углеводы-158, Железо-16
<b>Итого за день</b>		Калор-2049, Белки-81, Жиры-71, Углеводы-238, Железо-21

Учащиеся льготных категорий	1-4 кл завтрак	1-4 кл обед	5-11 кл обед
Учащиеся 1-4 кл	101-27 (1 смена)	101-27 (2 смена)	
Многодетные семьи	101-27	101-27	113-54
Малоимущие семьи	101-27	101-27	113-54
Учащиеся 5-11 кл			120/135



10.04.2025г

## Бершетская средняя школа



Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак (начальная школа) 1-4 кл</b>	
200 Каша пшеничная молочная жидкая	Калор-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, Железо-1
80 Булочка Российская	Калор-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-38, Железо-1
200 Кофейный напиток с молоком	Калор-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
40 Хлеб пшеничный	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20
<b>Итого за завтрак</b>	
Калор-587, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-97, Железо-2	
<b>Обед (начальная школа) 1-4 кл</b>	
60 Салат из квашеной капусты с луком	Калор-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2
200 Суп картофельный с макаронными изделиями	Калор-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, Железо-1
200 Рагу из птицы	Калор-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, Железо-2
200 Чай с сахаром	Калор-38, Углеводы-9, Железо-1
30 Хлеб ржаной	Калор-52, Белки-2, Углеводы-10, Железо-1
60 Хлеб пшеничный	Калор-141, Белки-5, Углеводы-30, Железо-1
<b>Обед (средняя школа) 5-11 кл</b>	
100 Салат из квашеной капусты с луком	Калор-109, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3, Железо-1
250 Суп картофельный с макаронными изделиями	Калор-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, Железо-1
200 Рагу из птицы	Калор-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, Железо-2
200 Чай с сахаром	Калор-38, Углеводы-9, Железо-1
40 Хлеб ржаной	Калор-70, Белки-3, Углеводы-13, Железо-2
60 Хлеб пшеничный	Калор-141, Белки-5, Углеводы-30, Железо-1
<b>Итого за обед</b>	
Калор-1421, Белки-53, Жиры-56, Углеводы-176, Железо-12	
<b>Итого за день</b>	
Калор-2008, Белки-70, Жиры-71, Углеводы-273, Железо-15	

Учащиеся льготных категорий	1-4 кл завтрак	1-4 кл обед	5-11 кл обед
Учащиеся 1-4 кл	101-27 (1 смена)	101-27 (2)	
Многодетные семьи	101-27	101-27	113-54
Малоимущие семьи	101-27	101-27	113-54
Учащиеся 5-11 кл			120/135



11.04.2025г

## Бершетская средняя школа



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак (начальная школа) 1-4 кл</b>		
90	Биточки из птицы	Калор-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Железо-1
150	Пюре картофельное	Калор-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Железо-1
40	Кондитерское изделие	Калор-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Железо-1
200	Чай каркаде	Калор-56, Углеводы-14
40	Хлеб пшеничный	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20
<b>Итого за завтрак</b>		Калор-563, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-81, Железо-3
<b>Обед (начальная школа) 1-4 кл</b>		
60	Кукуруза консервированная отварная	Калор-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3
200	Суп с рыбными консервами	Калор-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, Железо-1
90	Шницель рубленый	Калор-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14, Железо-1
150	Капуста тушеная	Калор-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, Железо-1
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калор-45, Углеводы-11
30	Хлеб ржаной	Калор-52, Белки-2, Углеводы-10, Железо-1
60	Хлеб пшеничный	Калор-141, Белки-5, Углеводы-30, Железо-1
<b>Обед (средняя школа) 5-11 кл</b>		
100	Кукуруза консервированная отварная	Калор-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, Железо-1
250	Суп с рыбными консервами	Калор-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, Железо-1
100	Шницель рубленый	Калор-229, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-16, Железо-2
180	Капуста тушеная	Калор-130, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-15, Железо-2
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калор-45, Углеводы-11
40	Хлеб ржаной	Калор-70, Белки-3, Углеводы-13, Железо-2
60	Хлеб пшеничный	Калор-141, Белки-5, Углеводы-30, Железо-1
<b>Итого за обед</b>		Калор-1567, Белки-72, Жиры-54, Углеводы-198, Железо-14
<b>Итого за день</b>		Калор-2130, Белки-94, Жиры-71, Углеводы-279, Железо-17

Учащиеся льготных категорий	1-4 кл завтрак	1-4 кл обед	5-11 кл обед
Учащиеся 1-4 кл	101-27 (1 смена)	101-27 (2 смена)	
Многодетные семьи	101-27	101-27	113-54
Малоимущие семьи	101-27	101-27	113-54
Учащиеся 5-11 кл			<b>120/135</b>

