"Утверждаю"
ООО "фирма Школьная"

"Согласовано"
МБОУ СОШ
"16" 05 2025г.

Меню для организации бесплатного горячего питания в общеобразовательных учреждениях Чистопольского района на 2024/2025 учебный год

1 неделя

неделя	день недели	Прием пищи	раздел в меню	Блюда	Вес блюда,в гр.	Белки	жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	
19.05.2025											
1	1	Завтрак	горячее блюдо	Каша молочная ячневая молочная жидкая со слив маслом	220/10	7,3	10,39	16,43	288,4	176 сб шк	
			Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
			Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	60	282сб шк	
		Итого за завтрак :			**500**	**10,601**	**10,835**	**55,165**	**460,52**		**69,43**
20.05.2025											
1	2	Завтрак	гарнир	Гарнир гречневый	150	3,09	4,657	22,027	206,66	172сб шк	
			2 блюдо	"Ежики"из говядины с соусом кр.осн	90/20	7,99	12,4	14,4	204	108сб шк	
			Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
			Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	60	282сб шк	
		Итого за завтрак :			**520**	**18,32**	**19,13**	**91,53**	**582,78**		**69,43**
21.05.2025											
1	3	Завтрак	горячее блюдо	Гороховое пюре	150	3,09	4,657	22,027	142,381	146сб шк	
			2 блюдо	Биточки из говядины с соусом кр ос	90/20	6,4	6,77	0,8	209,73	124сб шк	
			Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
			Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	3,97	2,1	25,168	135,452	294сб шк	
		Итого за завтрак :			**520**	**16,74**	**13,967**	**71,755**	**599,683**		**69,43**
22.05.2025											
1	4	Завтрак	горячее блюдо	Макароны отварные	150	3,09	4,657	22,027	142,381	146сб шк	
			2 блюдо	Сосиски с соусом кр основной	50/40	6,4	6,77	0,8	209,73	124сб шк	
			Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
			Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	3,97	2,1	25,168	135,452	294сб шк	
		Итого за завтрак :			**500**	**21,581**	**18,64**	**90,68**	**599,683**		**69,43**
23.05.2025											
1	5	Завтрак	гарнир	Рис отварной	150	3,834	5,42	41,6	230,516	211сб шк	
			2 блюдо	Котлеты рыбные с соусом кр. основной	90/20	8,52	8,63	10,2	182,88	87сб шк	

			Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		
			Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	60	282сб шк	
		Итого за завтрак :			**510**	**15,655**	**14,495**	**90,535**	**585,516**		**69,43**

24.05.2025

1	6	Завтрак	горячее блюдо	Пельмени с бульоном	200/50	12,73	13,2	40	398,8	164сб шк	
			Хлеб	Хлеб пшеничный	30	0	0,24	14,76	70,32		
			Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	41,8		
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	1,6	1,65	15,36	82,69	282сб шк	
		Итого за завтрак :			**510**	**15,33**	**15,29**	**99,18**	**593,61**		**69,43**