



"Утверждаю"  
ООО "фирма Школьная"

Меню для организации бесплатного горячего питания в общеобразовательных учреждениях Чистопольского района на 2023/2024 учебный год



"Согласовано"  
МБОУ СОШ

"09.02" 2024г

неделя	день недели	Прием пищи	раздел в меню	Блюда	Вес блюда, в гр.	Белки	жиры	Углево-ды	Калорийность	№ рец.	
2	1	Завтрак	Бутерброд	Гренки с сыром	30/10	0,82	3,05	8,71	65,57	5сб шк	
	12.02.24		горячее блюдо	Каша геркулесовая молочная жидкая со слив маслом	200/10	7,3	10,39	16,43	388,4	1841сб 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	Компот из свеж.яблок	200/8/10	0,021	0,005	14,975	80	294сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>518</b>	<b>10,601</b>	<b>10,835</b>	<b>55,165</b>	<b>580,52</b>		<b>62,67</b>
2	2	Завтрак	горячее блюдо	Овощное рагу с курицей	250	11,38	13,53	25,42	268,97	125сб шк	
	13.02.24		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	Кофейный напиток	200	3,97	2,1	25,168	135,452	286сбшк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>500</b>	<b>18,63</b>	<b>16,07</b>	<b>83,06</b>	<b>516,542</b>		<b>62,67</b>
2	3	Завтрак	гарнир	Картофельное пюре с маслом	150/5	3,834	5,42	41,6	230,516	211сб шк	
	14.02.24		2 блюдо	Тефтели рыбные с соусом	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	1,6	1,65	15,36	82,69	282сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>525</b>	<b>17,234</b>	<b>16,14</b>	<b>83,28</b>	<b>608,206</b>		<b>62,67</b>
2	4	Завтрак	гарнир	Капуста тушеная	150	3,09	4,657	22,027	206,66	172сб шк	
	15.02.24		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 лимоном с сахаром	200/5/8	0,021	0,005	14,975	60	284 сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>508</b>	<b>21,581</b>	<b>18,64</b>	<b>90,68</b>	<b>588,51</b>		<b>62,67</b>
2	5	Завтрак	горячее блюдо	Запеканка рисовая с творогом с вареньем	220/40	6,86	6,58	30	206,66	201сб шк	
	16.02.24		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	Кисель	200	3,3	1,51	29,06	143,03	306сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>		<b>510</b>	<b>13,44</b>	<b>20,73</b>	<b>82,82</b>	<b>461,81</b>		<b>62,67</b>

2	6	Завтрак	горячее блюдо	Пельмени с бульоном	200/50	5,47	6,37	18,98	295,5	246сб шк	
	17.02.24			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	Компот из свежих яблок	200/8/10	0,2	0,5	15,7	68,1	294сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>			<b>518</b>	<b>18,434</b>	<b>17,64</b>	<b>91,61</b>	<b>475,72</b>	<b>62,67</b>
1	1	Завтрак	Бутерброд	Гренки с сыром	30/10	0,82	3,05	8,71	120,2	5сб шк	
	19.02.24		горячее блюдо	Каша молочная ячневая молочная жидкая со слив маслом	200/10	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	20	1	0,2	9	41,8	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	60	282сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>			<b>510</b>	<b>10,601</b>	<b>10,835</b>	<b>55,165</b>	<b>580,72</b>	<b>62,67</b>
1	2	Завтрак	Выпечка	Лакомка с курагой	50	12,73	13,7	27,34	303	143сб шк	
	20.02.24		горячее блюдо	Плов из курицы	50/150	12,73	13,7	27,34	303	138 сб 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	Компот из свежих яблок	200/8/10	3,97	2,1	25,168	135,452	294сб шк	
			<b>Итого за завтрак :</b>			<b>523</b>	<b>19,98</b>	<b>16,24</b>	<b>76,268</b>	<b>550,572</b>	<b>62,67</b>