



Утверждаю
ООО "Фирма Школьная"



"Согласовано"
МБОУ СОШ

"27" 04 2024

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

неделя	день недели	Прием пищи	раздел в меню	Блюда	Вес блюда, в гр.	Белки	жиры	Углев оды	Калорийн ость	№ рец.	
1	4	Завтрак	гарнир	Макароны отварные с морковью	150/5	3,09	4,657	22,027	206,66	172сб шк	
	02.05.24		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 сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	60	284 сб шк	
			Итого за завтрак :		538	21,581	18,64	90,68	588,51		62,67

1	5	Завтрак	горячее блюдо	Гарнир гречневый с морковью	150/5	11,38	13,53	25,42	268,97	125сб шк	
	03.05.24		2 блюдо	Котлеты из говядины 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	3,97	2,1	25,168	135,452	286сбшк	
			Итого за завтрак :		500	27,15	20,73	84,548	699,422		62,67
1	6	Завтрак	горячее блюдо	Пельмени с бульоном	200/50	5,47	6,37	18,98	295,5	246сб шк	
	04.05.24		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	
			Итого за завтрак :		518	18,434	17,64	91,61	475,72		62,67

2	1	Завтрак	Бутерброд	Гренки с сыром	30/10	0,82	3,05	8,71	120,2	5сб шк	
	06.05.24		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	
			Итого за завтрак :		510	10,601	10,835	55,165	580,72		62,67

2	2	Завтрак	Выпечка	Завитушка		50	12,73	13,7	27,34	303,	143сб шк	
	07.05.24		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	
			Итого за завтрак :			518	19,98	16,24	76,268	550,572		62,67

2	3	Завтрак										
	08.05.24		гарнир	Макароны отварные с морковью		150/5	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	Какао с молоком		200	3,3	1,51	29,06	143,03	288сб шк	
			Итого за завтрак :			545	18,32	19,13	91,53	665,81		62,67