



"Согласовано"
МБОУ СОШ

20 мая 2024г

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	Углеводы	Калорийность	№ рец.
2	2	Завтрак	Выпечка	Завитушка	50	12,73	13,7	27,34	303	143сб шк
	21.05.24		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	гарнир	Макароны отварные с морковью	150/5	3,09	4,657	22,027	206,66	172сб шк
	22.05.24		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
2	4	Завтрак	гарнир	Картофельное пюре с маслом	150/5	5,47	6,37	34,34	204	226сб шк
	23.05.24		2 блюдо	Тефтель рыбный с соусом	90/20	6,86	6,58	30	206,66	117сб 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 :		505	21,581	18,64	90,68	378,78	62,67
2	5	Завтрак	гарнир	Гороховое пюре с маслом	150/5	5,47	6,37	34,34	204	226сб шк
	24.05.24		2 блюдо	Котлеты куриные с гречкой с соусом кр. основной	90/20	11	10,5	9,78	180	101сб 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	Напиток шиповника	200/10	0,021	0,005	14,975	60	282сб шк
			Итого за завтрак :		525	22,01	19,08	85,52	556,12	62,67