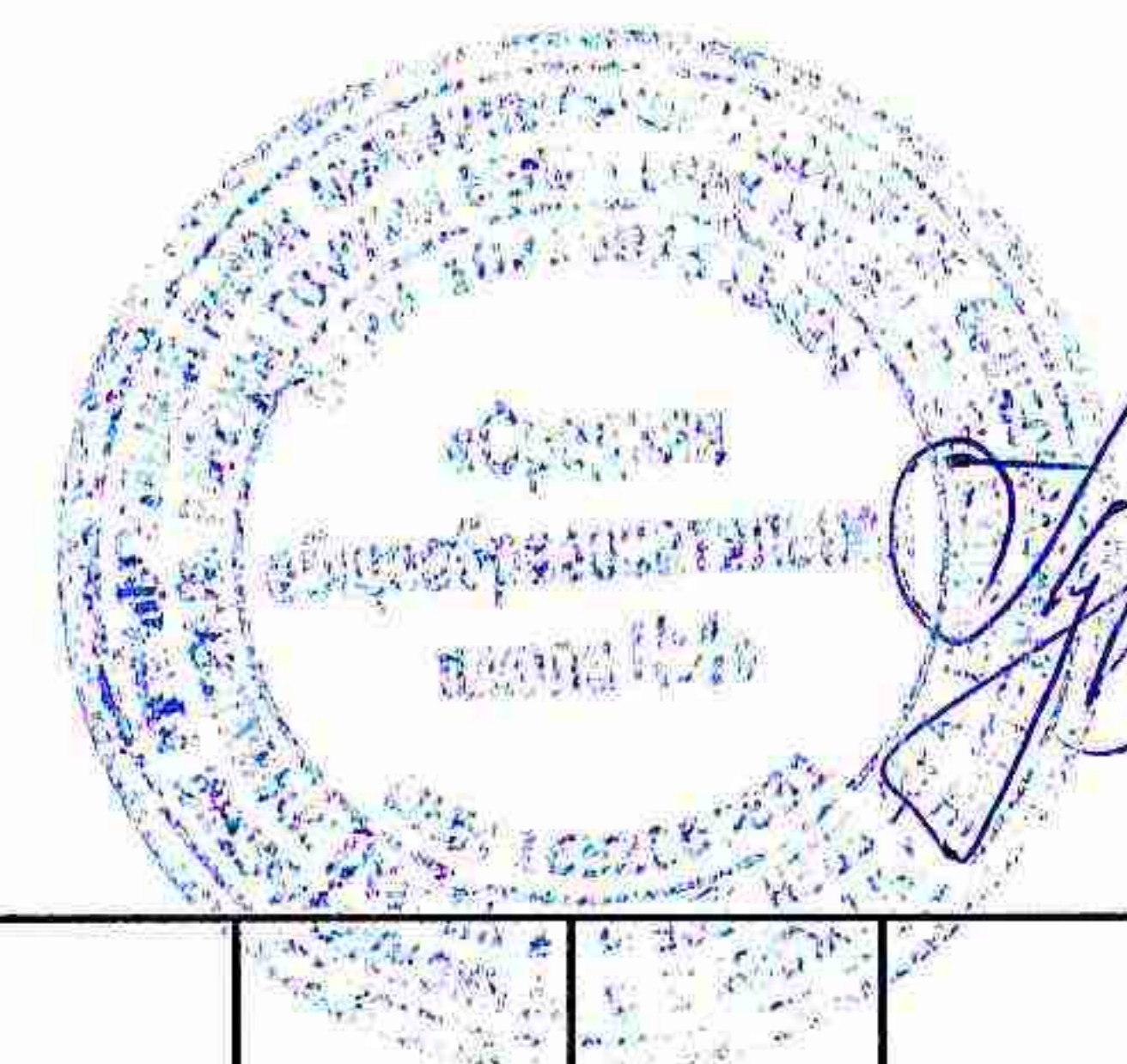




"Утверждаю"
ООО "фирма Школьная"

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



"Согласовано"
МБОУ СОШ

" 8 " 04 2024г

неделя	день недели	Прием пищи	раздел в меню	Блюда	Вес блюда, в гр.	Белки	жиры	Углево ды	Калорийность	№ рец.
1	1	Завтрак	горячее блюдо	Каша геркулесовая молочная жидкая со слив маслом	200/10	7,3	10,39	16,43	388,4	1841сб шк
	13.05.24		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	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,975	80	294сб шк
			Итого за завтрак :		510	10,601	10,835	55,165	580,52	62,67
1	2	Завтрак	горячее блюдо	Гарнир гречневый с морковью	150/5	11,38	13,53	25,42	268,97	125сб шк
	14.05.24		2 блюдо	Биточки 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	Кофейный напиток	200	3,97	2,1	25,168	135,452	286сбшк
			Итого за завтрак :		515	27,15	24,7	83,06	699,422	62,67
1	3	Завтрак	гарнир	Картофельное пюре с маслом	150/5	3,834	5,42	41,6	230,516	211сб шк
	15.05.24		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
			Итого за завтрак :		555	17,234	16,14	83,28	608,206	62,67
1	4	Завтрак	гарнир	Гороховое пюре с маслом	150/5	3,09	4,657	22,027	206,66	172сб шк
	16.05.24		2 блюдо	Котлеты куриные с гречкой с соусом кр. основной	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 лимоном с сахаром	200/5/8	0,021	0,005	14,975	60	284 сб шк
			Итого за завтрак :		508	21,581	18,64	90,68	588,51	62,67
1	5	Завтрак	гарнир	Макароны отварные	150	3,09	4,657	22,027	206,66	172сб шк
	17.05.24		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	1,6	1,65	15,36	82,69	282сб шк	
		Итого за завтрак :				500	14,37	20,73	61,947	611,2		62,67
1	6	Завтрак	горячее блюдо	Пельмени с бульоном		200/50	5,47	6,37	18,98	295,5	246сб шк	
	18.05.24		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	
	20.05.24		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