



**Примерное меню на 2024-2025 учебный год МКОУ "Пятовская СОШ"  
на 10 дней (обеда, бюджетные ассигнования для обучающихся 5-11 классов )**

День	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий- ность (к/кал)
<b>1</b>						
день	Суп картофельный с пшеном и и курицей	300/30	42	56	47,0	145,0
	Чай с сахаром	200	10	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>73</b>	<b>71</b>	<b>93,0</b>	<b>237,0</b>
<b>2</b>						
день	Суп вермишелевый с курицей	300/30	37,0	45,0	33	114,0
	Чай с сахаром	200	10,0	1,0	24	35
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>68,0</b>	<b>60,0</b>	<b>79</b>	<b>206</b>
<b>3</b>						
день	Суп картофельный с курицей	300/30	32	49	52	133,0
	Компот из сухофруктов	200	25	7	24,0	56,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>78</b>	<b>70</b>	<b>98,0</b>	<b>246,0</b>
<b>4</b>						
день	Борщ с курицей и сметаной	300/30/10	31	70,00	45	146,0
	Чай с сахаром	200	10	1	24	35
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>62</b>	<b>85,00</b>	<b>91</b>	<b>238,0</b>
<b>5</b>						
день	Суп картофельный с гречневой крупой и курицей "Новинка"	300/30	35	54	46,0	134,0
	Кисель плодово-ягодный	200	22	1	26,0	49,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>78</b>	<b>69</b>	<b>94,0</b>	<b>240,0</b>
<b>6</b>						
день	Щи с курицей и сметаной	300/30/10	32,00	58,00	42	132,00
	Чай с сахаром	200	10	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>63,00</b>	<b>73,00</b>	<b>88</b>	<b>224,00</b>

<b>7</b>	Макароны отварные с сахаром	230/10	38	35,0	42	115,0
<b>день</b>	Чай с сахаром	200	10	1	24	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>69</b>	<b>50,0</b>	<b>88</b>	<b>207,0</b>
<b>8</b>	Суп гороховый с курицей	300/30	42	56	47	145
	Кофейный напиток с молоком	200	10	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>31</b>	<b>15</b>	<b>46</b>	<b>92,0</b>
<b>9</b>	Суп крестьянский с курицей	300/30/10	31	70	45	146,0
<b>день</b>	Чай с сахаром	200	10,0	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>62</b>	<b>85</b>	<b>91</b>	<b>238,0</b>
<b>10</b>	Каша гречневая с сахаром	230/10	35	57	50	142,00
<b>день</b>	Чай с сахаром	200	10	1	24	35
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>66</b>	<b>72</b>	<b>96</b>	<b>234,00</b>