



**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)
1						
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
	Итого:	570	73	71	93,0	237,0
2						
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
	Итого:	570	68,0	60,0	79	206
3						
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
	Итого:	570	78	70	98,0	246,0
4						
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
	Итого:	580	62	85,00	91	238,0
5						
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
	Итого:	570	78	69	94,0	240,0
6						
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
	Итого:	580	63,00	73,00	88	224,00

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