



Утверждаю
 Директор  А.В.Баркова

Приказ № 109 от 02.09.2024 года

Примерное меню на 2024-2025 учебный год МКОУ "Пятовская СОШ"

**на 10 дней (обеда; бюджетные ассигнования для детей
 мобилизованных и добровольцев в Вооруженные Силы РФ)**

День	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий- ность (к/кал)
1- ое питание ОБЕД						
	Овощи свежие	100	5	1	4	10
	Суп картофельный с пшеном и и курицей	300/30	42,0	56,0	47	145,0
	Гречка по купечески	230/100	9,9	5,7	12,4	193,0
	Какао с молоком	200	25	17	24,0	66,0
	Фрукты	100	11	1	23,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22,0	57,0
	Десерт (основная школа)					
1	Итого:	1060				506
день						
2- ое питание (начальная школа ГПД)						
	Гречка по купечески	230/100	9,9	5,7	12,4	193,0
	Чай с сахаром	200	10	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22,0	57,0
	Итого:	570	40,9	20,7	58,4	285,0
1-ое питание ОБЕД						
	Овощи свежие	60	5	1	4	10
	Суп вермишелевый с курицей	300/30	37,0	45,0	33	114
	Котлета куриная	120	22	43	37	196,0
	Рис отварной	230	32,00	53,00	47	133,00
	Сок фруктовый	200	41,0	1	50,0	92,0
	Печенье	50	21	13	32	66
2	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
день	Десерт (основная школа)					
	Итого:	1030	174,0	169,0	221	658
2- ое питание (начальная школа ГПД)						
	Котлета куриная	120	22	43	37	196,0
	Рис отварной	230	32	53	47	133,00
	Чай с сахаром	200	10	1	24,0	35,0

	Хлеб пшеничный	40	21	14	22,0	57,0
	Итого:	590	85	111	130	421,0
	1-ое питание ОБЕД					
	Суп картофельный с курицей	300/30	32	49,0	52	133,0
	Капуста тушенная с куринным филе	230/100	31	58	27	116,0
	Копмпот из сухофруктов	200	25	7	24,0	56,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Фрукты	100	12	1	23	35
	Десерт (основная школа)					
	Итого:	1000	121	129,0	148,0	397,0
3	2-ое питание (начальная школа ГПД)					
	Капуста тушенная с куринным филе	230/100	31	58	27	116,0
	Чай с сахаром	200	10	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Итого:	570	62	73,0	73,0	208,0
	1-ое питание ОБЕД					
	Овощи свежие	60	5	1	4	10
	Борщ с курицей и сметаной	300/30/10	31	70,00	45	146,0
	Котлета рыбная	120	22	43	37	196
	Картофельное пюре	230	32	44	25	101,00
	Сок фруктовый	200	41,0	1	50,0	92,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Десерт (основная школа)					
4	Итого:	990	147	172,00	179	592,0
день						
	2-ое питание (начальная школа ГПД)					
	Котлета рыбная	120	22	43	37	196
	Картофельное пюре	230	32	44	25	101,00
	Чай с сахаром	200	10,0	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Итого:	590	85	102	108,0	389,0
	1-ое питание ОБЕД					
	Суп картофельный с курицей и гречневой крупой "Новинка"	300/30	35	54	46,0	134,0
	Сырники с повидлом	250/40	45,0	54	37	135,00
	Кисель плодово-ягодный	200	22	1	26,0	49,0
	Йогурт	120	5	2,5	3,5	54,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Десерт (основная школа)					
	Итого:	1030	128	125,5	134,5	429,0
5	2-ое питание (начальная школа ГПД)					
день	Сырники с повидлом	250/40	45,0	54	37	135,00
	Чай с сахаром	200	10	1	24,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Итого:	530	76,0	69	83,0	227,0

	1-ое питание ОБЕД					
6	Овощи свежие	60	5	1	4	10
	Щи с курицей и сметаной	250/30/10	32	58	42	132,0
	Плов с мясом свинины	180/100	38,00	54,00	36	129,00
	Сок	200	41	1	50,0	92,0
	Фрукты	100	12	1	23,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Десерт (основная школа)					
	Итого:	1010	149,0	129,0	177	455,0
	2-ое питание (начальная школа ГПД)					
	Плов с мясом свинины	180/100	38	54	36	129,0
	Чай с сахаром	200	10,00	1,00	24	35,00
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22,0	57,0
	Итого:					
	Итого:	620	69	69	82	221,0
	1-ое питание ОБЕД					
	Каша молочная со сливочным ма	250/5/10	54	64	40	162
	Печень куриная в соусе	120/50	35	64,0	66	165,0
	Макаронны отварные	230	38	35	42	115,0
	Чай с сахаром	200	10	1	24	35,0
	Вафли	50	4	15	31	271,0
	Хлеб пшеничный	40	21,0	14	22,0	57,0
7	Десерт (основная школа)	0	0	0	0	0
день	Итого:	965	675	322,0	410,0	732,0
	2-ое питание (начальная школа ГПД)					
	Печень куриная в соусе	120/50	35	64	66	165,0
	Макаронны отварные	230	38,0	35	42,0	115,0
	Чай с сахаром	200	10	1	24	35
	Хлеб пшеничный	40	21	14,0	22,0	57,0
	Итого:	640	104	114	154	372,0
	1-ое питание ОБЕД					
	Овощи в нарезке	60	5	1	4	10
	Суп гороховый с курицей	300/30	42	56	47	145,0
	Котлета куриная	120	22	43	37	196,0
	Картофельное пюре	230	32	44	25	101,00
	Кофейный напиток с молоком	200	10	1	24	35,00
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22,0	57,0
	Фрукты	100	12	1	23,0	36,0
	Итого:	1080	139	159	178,0	570,0
8						
день	Итого:					
	2-ое питание (начальная школа ГПД)					
	Котлета куриная	120	22	43	37	196,0
	Картофельное пюре	230	32	44	25	101,00

	Чай с сахаром	200	10	1	24	35,00
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22,0	57,0
	Итого:	590	85	102	108,0	389,0
	1-ое питание ОБЕД					
	Овощи свежие	60	5	1	4	10
	Суп крестьянский с курицей	300/30/10	31	70	45	146,0
9	Зразы	120	193	13,7	20,2	4,4
день	Макаронны отварные	230	35	57	50	142
	чай с сахаром	200	41	1	50	92
	Хлеб пшеничный	60	21	14	22	57
	Десерт (основная школда)					
	Итого:	910	290	85,7	142,2	295,4
	2- ое питание (начальная школа ГПД)					
	Зразы	120	193	13,7	20,2	4,4
	Макаронны отварные	230	35	57	50	142
	Чай с сахаром и лимоном	200/10	10	1	24	59,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Итого:	600	259	85,7	116,2	262,4
	1-ое питание ОБЕД					
	Суп с рисом и курицей	300/30	32,0	49,0	52	133,0
	Гуляш из свинины	100/50	19	4	8	121,00
	Каша гречневая	230	35	57	50	142,00
	Сок	200	40	4	68,00	112,0
10	Фрукты	100	12	1	23,00	36,0
день	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Десерт (основная школа)					
	Итого:	1050	159,0	129,0	223	601,0
	2- ое питание (начальная школа ГПД)					
	Гуляш из свинины	100/50	19	4	8	121,00
	Каша гречневая	230	35	57	50	142,00
	Чай с сахаром	200	10	1	24,00	35,0
	Хлеб пшеничный	40	21	14	22	57
	Итого:	620	85	76	104	355,00