

Утверждаю

Директор школы

С.В.Панова

01.09.2021.

**Основное десятидневное меню питания обучающихся
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
Суетовской основной школы
Ярцевского района Смоленской области
(горячие обеды 5-9 классы)**

Прием пищи, наименование блюда	№ технологической карты	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
ДЕНЬ 1						
Обед:						
Салат из капусты	№45	60	0,98	6,58	2,99	79,1
Суп гороховый с курицей	№38	250	2,21	2,44	16,1	185,8
Сосиска с макаронами	№133	70/180	9,633	9,131	3,157	132,546
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Чай	№14	200	0,31	0,01	24,37	96,76
ДЕНЬ 2						
Обед:						
Салат из Моркови	№11	60	0,419	0,076	4,81	20,397
Борщ	№24	250	2,22	1,88	13,98	98,78
Мясное суфле с гречкой	№47	200	17,38	18,86	14,98	320
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Компот из сухофруктов	№10010	200	0,4	0,06	13,24	46,13
ДЕНЬ 3						
Обед:						
Салат из свеклы		60				
Суп гречневый	№88	250	1,877	4,724	14,304	103,633
Картофельное пюре + рыбные котлета	№39 №131	160/70	3,46/19,	5,4/31	23,17	155,42/381,828
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Напиток	№27	200			19,6	80,0
ДЕНЬ 4						
Обед:						
Суп деревенский	№32	250	24,64	2,66	13,19	194,1

Каша молочная дружба	№68	200	3,54	3,72	19,6	200,8
Печенье		20				
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Чай с лимоном	№10030	200	0,03	0	5,1	21,14
ДЕНЬ 5						
Обед:						
Салат из моркови	№11	60	0,419	0,076	4,81	20,397
Суп картофельный	№02003	250	7,7	10,3	14,7	158
Гуляш с рисом	№26/№07014	150/100	16,39	8,44	3,51	158,04/270,51
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Компот из сухофруктов	№14	200	0,31	0,01	24,37	96,76
ДЕНЬ 6						
Обед:						
Суп рисовый	№79	250	7,112	2,35	29,258	159,35
Макаронны с сыром	№39/07141	160,100	16,09	15,81	29,584	325,04
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Вафли		30				
Чай	№27	200	0	0	19,6	80,0
ДЕНЬ 7						
Обед:						
Салат из свеклы	№20	60	0,71	3,19	3,82	46,58
Щи	№42	250	2,13	2,7	12,01	107,5
Плов с курицей	№188	200	4,182	10,406	37,807	252,160
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Компот из сухофруктов		200	1		18,2	76
ДЕНЬ 8						
Обед:						
Салат из моркови	№11	60	0,419	0,076	4,84	20,397
Рассольник	№02066	250	3,2	7,0	4,7	128,85
Котлета с гречкой	№07031, №67	180/70	11,72	10,97	12,53	188,33
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Компот	№14	200	0,31	0,01	24,37	96,76
ДЕНЬ 9						
Обед:						
Суп вермишелевый	№96	250	9,674	9,998	12,282	174,731

Запеканка творожная с повидлом	№135/№26	100/20	23,7	25,684	46,315	516,473
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Печенье		20				
Чай с лимоном	№10030	200	0,03	0	5,1	21,14
ДЕНЬ 10						
Обед:						
Суп картофельный с рисом	№26	250	1,95	2,13	10,53	70
Овощи тушеные	№39/38	200	14,46	8,98	32,07	267,42
Хлеб	№1	30	2,1	0,9	15,5	75,0
Напиток	№122	200			19,6	80,0

Стоимость составляет 50,00 рублей.