

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Шахтерская средняя школа села Грабово»

УТВЕРЖДАЮ:



М. МЕЛОТОВИЧЕНКО
2023 ГОДА

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Для школьной столовой
на 2023 – 2024 учебный год

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Для школьной столовой на 2023 – 2024 учебный год

Первая неделя

Номер рецептур ы *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд			Энергоценность ккал
				белки	жиры	углеводы	
А	1	2	3	4	5	6	7
Питание детей 1-4 классов							
Понедельник							
№ 291	Каша пшеничная	150		6,3	4,50	38,85	221,3
№ 19	Голубцы ленивые	150		10,78	15,25	12,77	250,2
№52	Салат со свеклы	50		1,92	1,2	10,4	46
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
	Хлеб	60		3,16	0,4	19,32	94
	Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66
Итого				22,24	28,6	94,92	720,1

ВТОРНИК

№ 175	Суп молочный с рисом	250		4,57	3,86	17,29	123,44
№ 371	Оладьи со сгущенкой	100		9,40	8,60	76,35	440,60
№ 169	Яйцо отварное	1		5,1	4,6	0,3	63,0
	Сыр твердый	10		5,3	5,3	-	72
	Хлеб	60		3,16	0,4	19,32	94
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
Итого				27,53	22,76	113,26	793,04

СРЕДА

№ 164	Макароны с маслом	150		8,1	9,25	25,58	250,5
№ 658	Котлета	60		13,5	18,6	18,2	271,0
	Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
	Хлеб	60		3,16	0,4	19,32	94
	Салат из капусты	100		4,3	2,5	40,2	135
Итого				29,14	38	116,88	859,1

ЧЕТВЕРГ

№ 144	Каша рисовая	150		5,8	3,6	30	175,9
№ 30	Рыба жареная в томатном соусе	60		17,5	2,4	0,3	121,8
№ 45	Винегрет	100		0,48	0,06	1,02	6,0
№ 355	Какао	200		4,07	3,54	17,58	118,6
	Хлеб с маслом	60		3,16	0,4	19,32	94
Итого				31,01	10	68,22	516,3

ПЯТНИЦА

№ 236	Жаркое домашнему	150		18,95	12,47	17,51	280,93
	Салат из капусты	100		4,3	2,5	40,2	135
	Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
	Хлеб	60		3,16	0,4	19,32	94
Итого				26,49	22,62	90,61	618,53

Меню составил повар

А.А. Фрижа

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Для школьной столовой на 2023 – 2024 учебный год

Вторая неделя

Номер рецептур ы *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд			Энергоценность ккал
				белки	жиры	углевод ы	
А	1	2	3	4	5	6	7

Питание детей 1-4 классов

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ 144	Каша гречневая	150		8,77	4,3	39,73	214
№ 237	Курица тушеная с морковью	70		21,6	22,21	6,74	331,53
№ 36	Салат с капусты	50		4,3	2,5	40,2	135
	Хлеб	60		3,16	0,4	19,32	94
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
Итого				34,67	29,01	100,12	723,13

ВТОРНИК

№164	Макаронные изделия отварные с маслом	150		24,8	30,4	45,47	241,11
№154	Котлета печеночная	70		5,35	5,85	2,85	157,00
	Хлеб	60		3,16	0,4	19,32	94
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
	Сыр твердый	10		5,3	5,3	-	72
№336	Морковь припущенная	50		1,27	2,88	7,1	56,95
Итого				39,88	44,83	88,19	663,66

СРЕДА

№ 144	Каша рисовая	150		3,90	5,10	38,30	225,20
№ 30	Рыба в томатном соусе	70		14,1	5,1	9,6	162,8
№ 45	Винегрет	100		9,40	8,60	76,35	440,60
№ 355	Какао	200		4,07	3,54	17,58	118,6
	Хлеб	60		3,16	0,4	19,32	94
Итого				31,01	10	68,22	516,3

ЧЕТВЕРГ

№ 291	Каша пшеничная	150		16	1	70	335
№ 262	Тефтели в томатном соусе	70/30		19,8	18,3	4,4	262
	Салат со свеклы	50		0,5	0,1	1,0	7,8
№ 169	Яйцо отварное	1		5,1	4,6	0,3	63
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
	Хлеб с маслом	60		3,16	0,4	19,32	94
Итого				45,98	25,5	47,87	842,6

ПЯТНИЦА

№ 105	Картофельное пюре	150		4,8	7,6	30,9	214
№ 268	Шницель рубленный с курицы	70		23,9	11,3	1,1	260
№ 36	Салат с капусты	50		21,6	22,2	6,74	135
	Хлеб	60		3,8	0,45	24,85	113
№ 349	Чай	200		0,00	0,00	13,45	42,60
Итого				36,16	21,8	104,97	745,6

Меню составил повар

А.А.Фрижа