

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Шахтерская средняя школа села Грабово»

УТВЕРЖДАЮ:



ДИРЕКТОР
МБОУ «ШАХТЕРСКАЯ
СШ С. ГРАБОВО»

М. МЕЛОТОВИЧЕНКО
15 августа 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
		2	3	белки	жиры	углеводы	
А	1	2	3	4	5	6	7
Питание детей льготной категории							
Понедельник							
№ 96	Суп гороховый		250	6,2	5,6	22,3	167
№ 164	Макаронные изделия отварные с маслом		200	24,8	30,4	45,47	241,11
№ 658	Котлета		70	13,5	18,6	18,2	271,0
	Икра кабачковая		50	1,2	5,4	-	57,6
	Сок фруктовый		200	1,0	0,0	21,3	88
	Фрукты свежие		120	0,9	0,2	13	57,7
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
Итого				44,56	60,6	139,59	976,41
ВТОРНИК							
№ 106	Суп картофельный с рыбными фрикадельками		250	2,3	7,7	15,4	117,6
№ 105	Картофельное пюре		200	4,8	7,6	30,9	214
№ 237	Курица тушеная с морковью		70	21,68	22,21	6,74	331,53
№ 36	Салат с капусты		100	0,5	0,1	1,0	7,8
№ 349	Чай с лимоном		200/18/7	0,13	0,02	15,2	62
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
	Масло сливочное		10	0,08	7,25	0,13	66
	Фрукты свежие		120	0,9	0,2	13	57,7
Итого				33,54	45,48	100,79	950,63
СРЕДА							
№ 64	Борщ со сметаной		250	1,9	6,7	10,8	111,1
№ 291	Каша пшеничная		200	6,3	4,50	38,85	221,3
№ 262	Тефтели в томатном соусе с овощами		70/30	19,8	18,3	4,4	262
	Икра кабачковая		70	1,2	5,4	-	157
№ 355	Какао		200	4,07	3,54	17,58	118,6
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
Итого				37,33	39,04	103,95	922,3

ЧЕТВЕРГ

№ 87	Суп с клецками		250	2,5	7,9	32,3	123,7
№ 236	Жаркое по-домашнему		200	18,95	12,47	17,51	280,93
№45	Винегрет		100	0,5	0,1	1,0	7,8
	Сыр твердый		12	5,3	5,3	-	72
№ 28	Омлет		50	5,1	4,6	0,3	63,0
№ 349	Чай с лимоном		200/ 18/7	0,13	0,02	15,2	62
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
Итого				36,54	30,99	98,73	761,13

ПЯТНИЦА

№ 79	Суп гречневый		250	1,7	6,3	26,5	117,3
№ 144	Каша гречневая		200	8,77	4,3	39,73	214
№ 286	Котлета рубленая из мяса птицы		70	23,9	11,3	1,1	260
	Масло сливочное		12	0,08	7,25	0,13	66
№ 330	Компот из сухофруктов		200	0,30	0,04	20,80	85,40
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
Итого				38,87	29,79	120,58	894,4

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
				белк и	жиры	углевод ы	
А	1	2	3	4	5	6	7
Питание детей льготной категории							
ПОНЕДЕЛЬНИК							
№ 80	Суп рисовый		250	2,5	7,9	32,3	123,7
№ 291	Каша пшеничная		200	6,3	4,50	38,85	221,3
№ 19	Ленивые голубцы		150	21,68	22,21	6,74	331,53
	Зеленый горошек		50	1,92	1,2	10,4	46
	Масло сливочное		12	0,08	7,25	0,13	66
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
	Сок фруктовый		200	1,0	0,0	21,3	88
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого				37,24	44,06	143,74	1041,03
ВТОРНИК							
№ 87	Суп с клецками		250	2,3	7,7	15,4	117,6
№ 144	Каша гречневая		200	8,77	4,3	39,73	214
№ 143	Котлета рыбная		70	14,1	5,1	9,6	162,8
№ 371	Оладьи со сгущенкой		150	9,40	8,60	76,35	440,60
	Икра кабачковая		70	1,2	5,4	-	157
№ 355	Какао		200	4,07	3,54	17,58	118,6
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого				43,6	33,64	192,68	1375,1
СРЕДА							
№ 64	Борщ со сметаной		250	1,9	6,7	10,8	111,1
№164	Макаронные изделия отварные с маслом		200	24,8	30,4	45,47	241,11
№ 262	Тефтели в томатном соусе с овощами		70/30	19,8	18,3	4,4	262
	Зеленый горошек		50	1,92	1,2	10,4	46
№ 330	Компот из сухофруктов		200	0,30	0,04	20,80	85,40
	Сыр твердый		12	5,3	5,3	-	72
№ 349	Чай с лимоном		200/18/7	0,13	0,02	15,2	62
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
Итого				57,91	62,96	141,09	1044,11

ЧЕТВЕРГ

№ 96	Суп гороховый		250	6,2	5,6	22,3	167
№ 58	Рис с овощами		200	16	1	70	335
№ 268	Шницель рубленный из птицы		70	23,9	11,3	1,1	260
	Масло сливочное		12	0,08	7,25	0,13	66
	Салат с картофелем и зеленым горошком		100	0,5	0,1	1,0	7,8
№ 349	Чай с лимоном		200/ 18/7	0,13	0,02	15,2	62
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
Итого				50,57	26,27	143,75	1062,3

ПЯТНИЦА

№ 79	Суп с фрикадельками		250	8,7	9,6	25,3	267
№ 105	Картофельное шюре		200	4,8	7,6	30,9	214
№ 154	Котлета печеночная		70	5,35	5,85	2,85	157,00
№ 28	Омлет		50	5,1	4,6	0,3	63,0
№ 36	Салат с капусты и зеленого горошка		100	21	18,2	8,05	220,6
	Сок фруктовый		200	1,0	0,0	21,3	88
	Фрукты свежие		120	0,6	0,6	14,7	70,5
	Хлеб		50	3,16	0,4	19,32	94
Итого				49,71	46,85	122,72	1173,5

Меню составил повар

А.А.Фрижа