

Согласовано:

Директор

ГБОУ СОШ с. Гвардейцы

Кочеткова Е.Ю.

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

**Пятидневное меню на обеды
с 22 апреля по 26 апреля 2024 года
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы**

Обед	1 кл-11 кл, ОВЗ МОБ (1-4)	Энер.Цен. Ккал
Понедельник		
Щи из свежей капусты с картофелем и говядиной	250	120,07
Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
Биточек из курицы с соусом	100	127,1
Салат Витаминный	60	73
Компот из смеси сухофруктов	200	81
Хлеб пшеничный	40	87,42
Хлеб ржаной	30	43,71
Вторник		
Суп картофельный с горохом	250	166,42
Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	210,11
Шницель из курицы с соусом	100	127,1
Салат из редьки с овощами	60	87,5
Напиток лимонный	200	97,6
Хлеб пшеничный	40	87,42
Хлеб ржаной	30	43,71
Среда		
Борщ с капустой и картофелем	250	178,25
Картофельное пюре	180	110
Рыба запеченная с соусом	100	74
Салат Пестрый	60	70
Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Хлеб пшеничный	40	87,42
Хлеб ржаной	30	43,71
Четверг		
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	149,5
Горошница	180	245,76
Котлеты из курицы с соусом	100	127,1
Винегрет с растительным маслом	60	111,9
Компот из смеси сухофруктов	200	81
Хлеб пшеничный	40	87,42
Хлеб ржаной	30	43,71
Пятница		
Суп картофельный с крупой (крупа пшенная)	250	186,5
Жаркое по-домашнему	220	323
Салат из моркови с чесноком и зеленым горошком	60	102
Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Хлеб пшеничный	40	87,42
Хлеб ржаной	30	43,71

Согласовано:

Директор
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы
Кочеткова Е.Ю.



Утверждаю:

И.И. Какурина Л.И.

Какурина Л.И.



**Пятидневное меню на обеды
с 22 апреля по 26 апреля 2024 года
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы**

Обед	МОБ (5-11)	Энер.Цен. Ккал
Понедельник		
Щи из свежей капусты с картофелем и говядиной	250	120,07
Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
Биточек из курицы с соусом	100	127,1
Салат Витаминный	60	73
Компот из смеси сухофруктов	200	81
Бутерброд с джемом	50	149
Хлеб пшеничный / Хлеб ржаной	40 / 30	87,42 / 43,71
Вторник		
Суп картофельный с горохом	250	166,42
Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	210,11
Шницель из курицы с соусом	100	127,1
Салат из редьки с овощами	60	87,5
Напиток лимонный	200	97,6
Фрукты свежие	120	106
Хлеб пшеничный / Хлеб ржаной	40 / 30	87,42 / 43,71
Среда		
Борщ с капустой и картофелем	250	178,25
Картофельное пюре	180	110
Рыба запеченная с соусом	100	74
Салат Пестрый	60	70
Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
«Гребешок» из дрожжевого теста	80	232
Хлеб пшеничный / Хлеб ржаной	40 / 30	87,42 / 43,71
Четверг		
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	149,5
Горошница	180	245,76
Котлеты из курицы с соусом	100	127,1
Винегрет с растительным маслом	60	111,9
Компот из смеси сухофруктов	200	81
Кондитерские изделия	80	74
Хлеб пшеничный / Хлеб ржаной	40 / 30	87,42 / 43,71
Пятница		
Суп картофельный с крупой (крупя пшеничная)	250	186,5
Жаркое по-домашнему	220	323
Салат из моркови с чесноком и зеленым горошком	60	102
Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Ватрушки с джемом	80	166
Хлеб пшеничный / Хлеб ржаной	40 / 30	87,42 / 43,71

Утверждено:
директор
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы
Кочеткова Е.Ю.



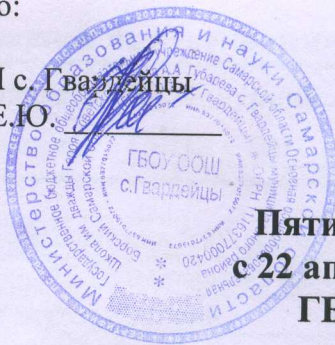
Утверждаю:
И.И. Какурина Л.И.



**Пятидневное меню на завтраки
с 22 апреля по 26 апреля 2024 года
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы**

Завтрак	Выход 1-11 кл, ОВЗ, МОБ	Энерг.цен., Ккал
Понедельник		
Каша «Дружба»	200	178
Оладьи с джемом	120	189
Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Хлеб пшеничный	30	87,42
Вторник		
Макаронны отварные	180	202
Котлеты из курицы с соусом	100	127,1
Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Хлеб пшеничный	30	87,42
Среда		
Каша вязкая молочная овсяная	200	95,6
Сыр твердых сортов в нарезке	20	33,7
Булочка школьная	60	173,8
Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81
Хлеб пшеничный	30	87,42
Четверг		
Картофельное пюре	180	194,96
Тефтели из курицы с соусом	110	165,9
Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Хлеб пшеничный	30	87,42
Пятница		
Суп молочный с рисом	200	93,02
«Гребешок» из дрожжевого теста	80	232
Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Хлеб пшеничный	30	87,42
Фрукты свежие	120	106

Одобрено:
Директор
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы
Кочеткова Е.Ю.



Утверждаю:
И.И. Какурина Л.И.

Какурина Л.И.



**Пятидневное меню на завтраки
с 22 апреля по 26 апреля 2024 года
ГБОУ СОШ с. Гвардейцы**

Завтрак	Выход Многодет (5-11 кл)	Энер.цен., Ккал
Понедельник		
Каша «Дружба»	200	178
Оладьи с джемом	120	189
Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Хлеб пшеничный	30	87,42
Бутерброд с джемом	50	149
Вторник		
Макароны отварные	180	202
Котлеты из курицы с соусом	100	127,1
Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Хлеб пшеничный	30	87,42
Кондитерское изделие	50	91
Среда		
Каша вязкая молочная овсяная	200	95,6
Сыр твердых сортов в нарезке	20	33,7
Булочка школьная	60	173,8
Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81
Хлеб пшеничный	30	87,42
«Гребешок» из дрожжевого теста	80	232
Четверг		
Картофельное пюре	180	194,96
Тефтели из курицы с соусом	110	165,9
Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Хлеб пшеничный	30	87,42
Кондитерское изделие	50	112
Пятница		
Суп молочный с рисом	200	93,02
«Гребешок» из дрожжевого теста	80	232
Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Хлеб пшеничный	30	87,42
Фрукты свежие	120	106
Кондитерское изделие	50	51

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кг-11 кг, ОВЗ, МОБ	Энерг цен Ккал
ЗАВТРАК			
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	170,11
54-23м-2020	Биточек из курицы с соусом	100	127,1
699	Напиток лимонный	200	97,6
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого			
Стоимость завтрака		510	482,23
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кг-11 кг, ОВЗ, МОБ	Энерг цен Ккал
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	178,25
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	194,96
54-14р-2020	Тфтели рыбные (минтай) с соусом	110	221
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	114,4
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого			
Стоимость обеда		870	920,74
Для всего меню в граммах содержится			
Пищевые вещества, г		Минеральные вещества, мг	
Белки	Жиры	Углеводы	Са
54,6	54,5	218,3	1915,91
Витамины, мг			
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.
1108,31	0,46	0,52	117,11
С, мг.	Н, мкг.	Р, мг.	Fe
417,11	951,82	51,91	12,23

Меню
ГБОУ СОШ с. Вардейцы
27 АПРЕЛЯ 2024 ГОДА

