

ИП Чиновникова С.А.



«УТВЕРЖДАЮ»



Директор МБОУ «Бродковская СОШ»
дата 05.03.25 подпись

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПИТАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ИЗ многодетных семей С 12-18 ЛЕТ
на 2024 - 2025 учебный год

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угледо ы		
День 1							
ОБЕД	Огурец соленый	100	1	5	8	11,3	акт
	Суп картофельный с бобовыми	250	3	6	19	133,14	
	Гуляш	100	16,87	16,37	4	232	54-8с
	Каща перловая вязкая	180	5,9	7	40,6	249,5	54-2м
	Чай с сахаром и клубникой	185	0	0	12	27,9	54-5г
	Хлеб пшеничный	50	2	0	10	117	54-3гн
							акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		865	28,77	34,37	93,6	770,84	
День 2							
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	100	1	3	5	46	54-13з
	Суп крестьянский с крупой	250	3	5	11	92	
	Котлета из говядины с соусом	100	10,27	9,8	9,3	165,97	54-4м
	Макароны отварные	180	5,4	4,9	32,8	196	
	Чай с сахаром и лимоном	185	0	0	12	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	50	2	0	10	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		865	21,67	22,7	80,1	644,87	
День 3							
ОБЕД	Салат из свеклы с маслом растит.	100	1	3	5	46	54-13з
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7	5	14	119,6	
	Курица тушеная с морковью	100	25	15	17	152	54-25м
	Каша гречневая	180	5	7	26	233,7	
	Напиток из шиповника	185	0	0	11	66	348
	Хлеб пшенично-ржаной	50	20	1	8	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		865	58	31	81	734,3	
День 4							
ОБЕД	Свекла отварная дольками	100	0,9	0,1	5,2	25,2	54-28з
	Борщ с картофелем и капустой со сметаной	250	8	21	48	110,36	54-2с
	Макароны отварные	180	5,4	4,9	32,8	196	
	Колбаски куриные с соусом	100	14,4	3,2	10,1	126,4	54-5м
	Чай с сахаром и лимоном	185	0	0	12	27,9	
	Хлеб пшеничный	50	2	0	10	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		865	30,7	29,2	118,1	602,86	
День 5							
ОБЕД	Морковь отварная дольками	100	0	0	15	35	54-27з
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5	4	10	125,52	
	Рагу из птицы	250	20,9	21	17,6	385,1	54-22м
	Компот из сушеных плодов	185	0	3	12	81	348

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "БРОДКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА БОРИСА ИВАНОВИЧА
КОНЕВА", Попова Ольга Владимировна, директор

31.03.25 09:01 (MSK)

Сертификат 4A4862464B56C2F3790FFC9FBD8E9D1A

	Хлеб пшенично-ржаной	50	2	1	8	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		835	27,9	29	62,6	743,62	
День 6							
ОБЕД	Огурец соленый	100	1	5	8	11,3	акт
	Рассольник домашний	250	4	7	15	125,52	95
	Пельмени из мяса птицы	230	14,4	5,04	20,8	175,1	392
	Компот из сушеных плодов	185	0	3	12	81	348
	Хлеб пшенично-ржаной	50	2	1	8	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		815	21,4	21,04	63,8	509,92	
День 7							
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	4,1	1,6	81,5	54-8з
	Щи из свежей капусты со сметаной	270	5,78	4,1	17,83	92,2	54-1с
	Горошница	180	14,5	1,3	33,8	204,8	54-21г
	Колбаски куриные с соусом	100	14,4	3,2	10,1	126,4	54-5м
	Напиток из облепихи	185	0	0	22	88	342
	Хлеб пшенично-ржаной	50	2	1	8	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		885	38,28	13,7	93,33	709,9	
День 8							
ОБЕД	Морковь отварная дольками	100	0	0	15	35	54-27з
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5	4	10	125,52	54-3с
	Плов из птицы	280	27	8	53	385,7	54-12м
	Чай с сахаром	185	0	0	11	53	376
	Хлеб пшенично-ржаной	50	2	1	8	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		865	34	13	97	716,22	
День 9							
ОБЕД	Салат из свеклы с маслом растит.	100	1	3	5	46	54-13з
	Суп лапша домашняя	250	4	7	17	169,3	113
	Котлета из говядины с соусом	100	10,27	9,8	9,3	165,97	54-4м
	Картофельное пюре	180	3,1	5,3	19,8	139,4	54-11г
	Чай с сахаром и лимоном	185	0	0	12	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	50	2	0	10	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		865	20,37	25,1	73,1	665,57	
День 10							
ОБЕД	Салат из белокочанной и морской капусты	100	1,6	4,1	1,6	81,5	54-8з
	Борщ с картофелем и капустой со сметаной	250	8	21	48	110,36	54-2с
	Котлеты рыбные минтай с соусом	100	12,9	4	6,1	112,2	54-14р
	Макароны отварные	180	5,4	4,9	32,8	196	54-2г
	Чай с сахаром	180	0	0	11	53	376
	Хлеб пшенично-ржаной	50	2	1	8	117	акт
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	29,9	35	107,5	670,06	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "БРОДКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА БОРИСА ИВАНОВИЧА
КОНЕВА", Попова Ольга Владимировна, директор

31.03.25 09:01 (MSK)

Сертификат 4A4862464B56C2F3790FFC9FBDBE9D1A