



Утверждено:
ИП Одежная Е.В. ФИО



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №15
Берлим Л.И.

« 22 » 10 2024год

« 22 » 10 2024год

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЕНЬ 7

№ сб.рец	Наименование блюда	Выход г	Энергетическая ценность			
			белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак для обучающихся 1-4 классов в возрасте 7-11 лет						
154	Запеканка из творога сметаной	120	11,8	7,45	15,2	158,4
231	Фрукты свежие	130	1,3	3,9	23,4	67,6
пром.	Кондитерское изделие	50	5	6,25	31,25	202,5
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	1	2	9	42
	Итого:	500	19,1	19,6	78,85	470,5
Обед для обучающихся 1-4 классов в возрасте 7-11 лет						
206	Фасоль отварная с луком и томатом	60	5,09	4,54	11,35	87,6
85	Суп с лапшой	200	8	8	24	186
54-25м	Курица тушёная с морковью	90	12,69	5,13	3,96	113,76
207	Макароны отварные с/м	150	5,3	4,9	32,8	196,8
236	Компот из яблок	200	0,15	0,4	9,93	41,5
пром.	Хлеб пшеничный иодированный	40	3	1	19	98
	Итого:	740	34,23	23,97	101,04	723,66
	Итого за день:	1240	53,33	43,57	179,89	1194,2
Обед для обучающихся 1-4 классов в возрасте 7-11 лет в категории ОБЗ						
206	Фасоль отварная с луком и томатом	60	5,09	4,54	11,35	87,6
85	Суп с лапшой	200	8	8	24	186
54-25м	Курица тушёная с морковью	90	12,69	5,13	3,96	113,76
207	Макароны отварные с/м	150	5,3	4,9	32,8	196,8
236	Компот из яблок	200	0,15	0,4	9,93	41,5
пром.	Хлеб пшеничный иодированный	40	3	1	19	98
	Итого:	740	34,23	23,97	101,04	723,66
Обед для обучающихся 1-4 классов в возрасте 7-11 лет в категории ОБЗ						
табл	Горошек зеленый (конс)	60	1	-	5	32
78	Суп картофельный с горохом	200	4,95	10	19	112
141	Макаронник с мясом	220	14	14	28	358
242	Кисель фруктовый	200	2	-	21	155
пром.	Хлеб пшеничный иодированный	40	3	1	19	98
пром.	Хлеб ржаной	20	2	-	8	40
	Итого:	740	26,95	25	100	795
	Итого за день:	1480	61,18	48,97	201,04	1518,7
Завтрак для обучающихся 5-9 классов в возрасте 12 лет и старше в категории ОБЗ						
154	Запеканка из творога сметаной	170	16,72	10,55	21,53	224,4
231	Фрукты свежие	130	1,3	3,9	23,4	67,6
пром.	Кондитерское изделие	50	5	6,25	31,25	202,5
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	1	2	9	42
	Итого:	550	24,02	22,7	85,18	536,5
Обед для обучающихся 5-9 классов в возрасте 12 лет и старше в категории ОБЗ						
206	Фасоль отварная с луком и томатом	100	8,48	7,57	18,92	146
85	Суп с лапшой	250	10	10	30	232,5
54-25м	Курица тушёная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4
207	Макароны отварные с/м	180	6,36	5,88	39,36	218,67
236	Компот из яблок	200	0,15	0,4	9,93	41,5
пром.	Хлеб пшеничный иодированный	40	3	1	19	98
	Итого:	870	42,09	30,55	121,61	863,07
	Итого за день:	1420	66,11	53,25	206,79	1399,6
Завтрак для обучающихся 5-9 классов в возрасте 12 лет и старше для льготных категорий						
154	Запеканка из творога сметаной	170	16,72	10,55	21,53	224,4
231	Фрукты свежие	130	1,3	3,9	23,4	67,6
пром.	Кондитерское изделие	50	5	6,25	31,25	202,5
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	1	2	9	42
	Итого:	550	24,02	22,7	85,18	536,5



Завтрак



Обед