

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БОЛЬШЕАТЛЫМСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Утверждаю
Директор школы
С.В.Басаргина

Меню на раздачу
«10» октября 2023 г

	Наименование блюда	Масса порции 7-10 лет	калорийность	Масса порции 11-18 лет	калорийность
завтрак	Голубцы ленивые	250	348,0	250	348,0
	Чай с сахаром	200	63,8	200	63,8
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4	20	52,4
	Масло коровье сладко-сливочное несоленое	10	74,8	10	74,8
			535		539
обед	Салат Мозаика	100	118,9	100	118,9
	Суп картофельный с горохом	240	144,6	250	150,7
	Сухарики из хлеба пшеничного	10	37,5	10	37,5
	Плов из отварной говядины	150	354,4	180	391,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	46,4	20	46,4
	Булочка "Любимая"	50	145,8	50	145,8
	Итого обед:		856,6		890,7
	Итого за день		1395,6		1429,7

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БОЛЬШЕАТЛЫМСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Утверждаю
Директор школы
С.В.Басаргина

Меню на раздачу
«11» октября 2023 г

	Наименование блюда	Масса порции 7-10 лет	калорийность	Масса порции 11-18 лет	калорийность
завтрак	Пюре картофельное	180	175,1	180	175,1
	Гуляш	100	182,4	100	182,4
	Чай с молоком с сахаром	200	151,4	200	151,4
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4	20	52,4
	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	74,8	10	74,8
	Итого завтрак		636,1		636,1
обед	Сельдь с гарниром	100	123,8	100	123,8
	Борщ "Сибирский"	200	134,7	250	168,4
	Тефтели с рисом	100	197,5	100	197,5
	Капуста тушеная	180	138,2	180	138,2
	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	89,6	200	89,6
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4	20	52,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	46,4	20	46,4
	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	180	84,6	180	84,6
		867,2		900,9	
		1503,3		1537	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БОЛЬШЕАТЛЫМСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Утверждаю
Директор школы
С.В.Басаргина

Меню на раздачу
«12» октября 2023 г

	Наименование блюда	Масса порции 7-10 лет	калорийность	Масса порции 11-18 лет	калорийность
завтрак	Каша манная молочная	200	217,1	200	217,1
	Какао на молоке	200	129,4	200	129,4
	Сыр порциями	20	72,8	20	72,8
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4	20	52,4
			618,1		471,7
обед	Уха ростовская	250	135,4	250	135,4
	Говядина тушеная с картофелем	250	326,2	250	326,2
	Кисель абрикосовый	200	144,3	200	144,3
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4	20	52,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	46,4	20	46,4
	Булочка с изюмом	50	136,3	50	136,3
	Итого обед		694,4		841
	Итого день		1312,5		1258,7

Утверждаю
Директор школы
С.В.Басаргина

Меню на раздачу
«13» октября 2023 г

	Наименование блюда	Масса порции 7-10 лет	калорийность	Масса порции 11-18 лет	калорийность
завтрак	Омлет	200	301,4	200	301,4
	Фиточай (см. приложение №2)	200	63,8	200	63,8
	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	74,8	10	74,8
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4	20	52,4
	Сок фруктовый ДП (см. приложение №3)	200	92,0	200	92,0
				584,4	
обед	Салат из отварной свеклы с чесноком	60	62,8	100	104,7
	Суп с рисом и говядиной	200	125,9	250	157,4
	Шницель рубленный (говядина)	100	245,1	100	245,1
	Рагу из овощей	180	179,8	180	179,8
	Напиток яблочный	200	86,4	200	86,4
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,8	40	104,8
	Хлеб ржано-пшеничный	20	46,4	20	46,4
	Итого обед			851,2	
Итого день			1435,6		1509