

«Согласовано»

И.о. главного государственного врача
ТО Управления
Роспотребнадзора по Алтайскому
краю в г. Алейске и 6 районах края
_____ З.Р.Рожнев

«Утверждаю» директор



МКОУ Чистюньской СОШ

Г.А.Лященко

Меню Володарской СОШ- филиала МКОУ Чистюньской СОШ Топчихинского района с 1 по 4 класс на 2024-2025 учебный год

№ рецепта	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность Ккал.
1 день						
54-24к-2020	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,80
Пром	Гуляш из говядины	90	12	12,4	1,9	167,40
54-2гн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
	Итого	560	23,1	17,9	86,3	598,60
2 день						
54-33-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
54-2с-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
54-3хн-2020	Фрукт яблоко	230	0,9	0,9	22,5	102,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого	690	14	11,5	96	544,4
3 день						
54-1 13-2020	Сыр твёрдых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
54,11 г-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	190,40
54-21 м-2020	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
54-21 ГН- 2020	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром	Фрукт	100	1	0,2	9	42
	Итого	560	19,6	15,8	61,10	545,1
4 день						
54-33-2020	Овощи в нарезке (огурец)	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-6м-2020	Шницель из говядины	100	13,7	13	12,3	221,40
54-4г-2020	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,10
54-1 хн- 2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,60
	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,40
	Итого	590	22,8	19,4	71,30	550,8

	5 день					
Пром	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,50
54-1с-2020	Плов из курицы	200	15,3	14,7	38,6	348,20
54-24м-2020	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
54-2гн-2020	Фрукт мандарин	120	1	0,2	9	42
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого	640	22,4	21,5	102,7	651,3
	6 день					
54-8з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-32х11-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-11м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	8,7	8,8	49	173,70
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,10
	Итого	580	26,8	19,1	129,7	660,90
	7 день					
Пром.	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	270,80
54-10г-2020		150			15,5	108,30
	Фрукт груша		0,6	0,5		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого	610	11,3	6,8	84,4	546,5
	8 день					
54-3з-2020	Сыр твёрдых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
54-1к-2020	Суп картофельный макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	235,60
54-1 хн-2020	Компот из куруги	200	0,5	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Фрукт яблоко	230	0,9	0,9	22,5	102,10
	Итого	710	21,40	10,20	86,10	616,9
	9 день					
Пром	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,40
54-21 ГН-2020	Котлета из курицы	100	14,3	3,2	10	220,5
54-16м-2020	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,10
54-21г- 2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26, 8
	Хлеб	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Овощи в нарезке (огурец)	60	0,5	0,1	1,5	8,5
	Итого	590	23,4	9,6	69,0	549,9
	10 день					

54-33-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-10с-2020	Плов из говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2
54-2Гн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
	Фрукт апельсин	200	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого	720	21,2	15,9	92,1	596,50

Овощи свежие в нарезке * * - допускается использование иных овощей. Фрукт - допускается выдача иных фруктов.