

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

1-4 классы с изменениями

Утверждаю
Директор МБОУ «Сусоловская ООШ»
Ворошнина Н.В.
08.11.2024. г.

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тичес- кая ценнос- ть	№ рецептуры	Цена блюда
				Белки	Жиры	Углево- ды			
Понедельник 11.11.2024	Обед	Суп из овощей с фрикадельками	200	2,4	6,2	14,6	131,1	54-10с-2020	
		Плов из отварной говядины	200	34,1	9,9	43,3	341,9	54-12м-2020	
		Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	60,1	54-2гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,7	пром	
		Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	66,60	пром.	
		Итого за обед	810				726,40		
Вторник 12.11.2024	Обед	Суп картофельный с горохом	200	7,1	4,3	18,5	141,1	54-8с-2020	
		Котлета из говядины	100	17,62	14,87	14,12	261,12	54-4м-2020	
		Каши гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,5	42,80	205,2	54-4з-2020	
		Сок яблочный	200	1	0	23,4	97,6	пром	
		Огурец в нарезке	60	0,5	0	1,8	9,1	54-2з-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	770				840,82		
Среда 13.11.2024	Обед	Икра морковная	60	1,3	4,3	6,2	68,5	54-12з-2020	
		Щи из свежей капусты со сметаной	200	2,1	6,1	7,2	73,6	54-1с-2020	
		Гуляш из говядины	100	16,56	13,44	3,96	203,28	54-2м-2020	
		Макароны отварные	150	6,7	7,6	31,6	208,0	54-1з-2020	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0	22,70	93,20	54-7хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	770				773,28		
Четверг 14.11.2024	Обед	Суп крестьянский с крупой	200	2,4	6,2	14,6	123,6	54-10с-2020	
		Запеканка картофельная с мясом	200	23,90	20,20	31,50	403,30	54-13м-2020	
		Соус красный основной	40	1,3	1,1	3,7	29,4	54-3соус-2020	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0	22,70	93,20	54-7хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,90	0,70	25,20	126,70	пром	
		Итого за обед	750				751,50		
Пятница 15.11.2024	Обед	Рассольник домашний	200	2,4	6,1	16,6	131,3	54-4с-2020	
		Плов с курицей	200	34,1	9,9	43,3	398,7	54-12м-2020	
		Компот из изюма	200	0,60	0,00	22,70	93,20	54-7хн-2020	
		Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	66,60	пром.	
		Хлеб в ассортименте	60	4,90	0,70	25,20	126,70	пром	
		Итого за обед	810				804,30		

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ
БЛЮД
ОВЗ 3,5 классы с изменениями

Утверждаю
Директор МБОУ «Сусоловская ООШ»
Ворошнина Н.В.
08.11.2024 г.

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена блюда
				Белки	Жиры	Углеб.	Вит.			
Понедельник 11.11.2024	Завтрак	Масло сливочное	10	3,5	4,5	0		54,5	54-1з-2020	
		Каша овсяная	210	8,5	12,6	48,3		320,6	54-10к-2020	
		Какао с молоком	200	1,5	1,4	8,6		52,9	54-6гн-2020	
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6		63,4	пром	
	Итого за завтрак		450					489,5		
	Обед	Суп из овощей с фрикадельками	250	2,4	6,2	14,6		123,6	54-10с-2020	
		Плов из отварной говядины	250	34,1	9,9	43,3		398,7	54-12м-2020	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4		56,4	54-2гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2		126,7	пром	
	Итого за обед		760					844,70		
	Итого за день		1210					1334,2		
Вторник 12.11.2024	Завтрак	Масло сливочное	10	3,5	4,5	0		54,5	54-1з-2020	
		Каша «Дружба»	200	4,9	6,9	24,6		180	54-16к-2020	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4		26,4	54-2гн-2020	
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6		63,4	пром	
	Итого за завтрак		440					324,3		
	Обед	Суп картофельный с горохом	250	7,1	4,3	18,5		141,1	54-8с-2020	
		Котлета из говядины	100	17,62	14,87	14,12		261,12	54-4м-2020	
		Каша гречневая рассыпчатая	200	8,2	6,5	42,80		262,50	54-4з-2020	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4		26,4	54-2гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2		126,70	пром	
	Итого за обед		770					773,28		
	Итого за день		1150					1097,58		
		Суп молочный с гречневой крупой	200	5,6	5,8	17,4		143,6	54-1з-2020	
		Какао с молоком	200	4,6	4,3	12,4		106,7	54-7гн-2020	
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6		63,4	пром	
	Итого за завтрак		460					311,4		
	Обед	Икра морковная	60	1,3	4,3	6,2		68,5	54-12з-2020	
		Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,1	6,1	7,2		92	54-1с-2020	
		Гуляш из курицы	100	16,56	13,44	3,96		203,28	54-2м-2020	
		Макароны отварные	200	6,7	7,6	31,6		211,1	54-1з-2020	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0	22,70		140,37	54-7хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2		126,70	пром	
	Итого за обед		700					751,50		
	Итого за день		1160					1062,9		
Среда 13.11.2024	Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,4	11,5	38,8		292,1	54-6к-2020	
		Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1		74,9	53-19з-2020	
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6		63,4	пром	
		Чай с сахаром	200	0,60	0	22,70		110,2	54-6хн-2020	
	Итого за завтрак		440					457		
	Обед	Суп крестьянский с крупой	200	2	4,9	11,7		98,9	54-10с-2020	
		Запеканка картофельная с мясом	200	23,90	20,20	31,50		403,30	54-13м-2020	
		Соус красный основной	40	1,3	1,1	3,7		29,4	54-3соус-2020	
		Чай с сахаром	200	0,60	0	22,70		140,37	54-7хн-2020	
	Итого за обед		60	4,9	0,7	25,2		126,70	пром	
	Итого за день		810					804,30		
	Итого за день		1190					1261,3		
Четверг 14.1012024	Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,9	6,9	24,6		180	54-2о-2020	
		Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1		74,9	53-19з-2020	
		Какао с молоком	200	4,6	4,3	12,4		106,7	54-7гн-2020	
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6		63,4	пром	
	Итого за завтрак		390					405,9		
	Обед	Рассольник домашний	200	2	4,96	13,3		105	54-4с-2020	
		Плов с курицей	200	27,3	7,9	34,7		319	54-12м-2020	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0	22,70		140,37	54-7хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2		126,70	пром	
	Итого за обед		870					785,14		
	Итого за день		1260					1191,04		
Пятница 15.1012024	Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,9	6,9	24,6		180	54-2о-2020	
		Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1		74,9	53-19з-2020	
		Какао с молоком	200	4,6	4,3	12,4		106,7	54-7гн-2020	
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,4	12,6		63,4	пром	
	Итого за завтрак		390					405,9		
	Обед	Рассольник домашний	200	2	4,96	13,3		105	54-4с-2020	
		Плов с курицей	200	27,3	7,9	34,7		319	54-12м-2020	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0	22,70		140,37	54-7хн-2020	
	Итого за обед		60	4,9	0,7	25,2		126,70	пром	
	Итого за день		870					785,14		
	Итого за день		1260					1191,04		

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ
БЛЮД

Утверждаю
Директор МБОУ «Сусоловская ООШ»
Ворожнина Н.В.

5-9 классы с изменениями

08.11.2024 г.

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена блюда
				Белки	Жиры	Углеводы			
Понедельник 11.11.2024	Обед	Суп из овощей с фрикадельками	250	2,4	6,2	14,6	123,6	54-10с-2020	
		Плов из отварной говядины	250	34,1	9,9	43,3	398,7	54-12м-2020	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	56,4	54-2гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,7	пром	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	56,4	54-2гн-2020	
	Итого за обед		960				915,22		
	Полдник	Печенье	40	4	13	30	126	пром	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	
	Итого за полдник		240				152,4		
	Итого за день		1200				1067,62		
Вторник 12.11.2024	Обед	Суп картофельный с горохом	250	8,9	5,4	23,1	176,4	54-8с-2020	
		Котлета из говядины	100	18,13	4,5	11,75	160,5	54-5м-2020	
		Каша гречневая рассыпчатая	200	10,9	8,7	57	350	54-4з-2020	
		Соус красный основной	40	1,3	1,1	3,7	29,4	54-3соус-2020	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	56,4	54-2гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,7	пром	
		Итого за обед	850				915,22		
	Полдник	Бутерброд с маслом	30/10	4	13	30	126	пром	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	
	Итого за полдник		240				152,4		
	Итого за день		1090				1067,62		
Среда 13.11.2024	Обед	Икра морковная	60	1,3	4,3	6,2	68,5	54-12з-2020	
		Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,1	6,1	7,2	92	54-1с-2020	
		Гуляш из говядины	100	16,56	13,44	3,96	203,28	54-2м-2020	
		Макароны отварные	200	6,7	7,6	31,6	211,1	54-1з-2020	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0	22,70	140,37	54-7хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	870				803,30		
	Полдник	Хлеб, повидло	30/10	5,9	4,9	12,6	117,9	пром	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	
	Итого за полдник		240				144,3		
	Итого за день		1090				1067,62		
Четверг 14.11.2024	Обед	Суп крестьянский с крупой	250	2,4	6,2	14,6	123,6	54-10с-2020	
		Запеканка картофельная с мясом	250	29,90	25,20	39,40	504,10	54-13м-2020	
		Соус красный основной	40	1,3	1,1	3,7	29,4	54-3соус-2020	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	56,4	54-2гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,90	0,70	25,20	126,70	пром	
		Итого за обед	800				747,5		
	Полдник	Печенье	40	4	13	30	126	пром	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	56,4	54-2гн-2020	
	Итого за полдник		240				182,4		
	Итого за день		1040				929,85		
Пятница 15.11.2024	Обед	Рассольник домашний	250	2,4	6,1	16,6	131,3	54-4с-2020	
		Плов с курицей	250	34,1	9,9	43,3	398,7	54-12м-2020	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	22,70	93,20	54-7хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,90	0,70	25,20	126,70	пром	
		Итого за обед	760				773,2		
	Полдник	Бутерброд с маслом	30/10	4	13	30	126	пром	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	
	Итого за полдник		240				152,4		
	Итого за день		1000				925,6		