

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ
БЛЮД

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

1-4 классы с изменениями

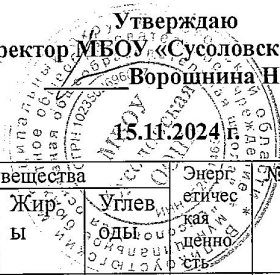
15.11.2024 г.

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена блюда
				Белки	Жиры	Углеводы			
Понедельник 18.11.2024	Обед	Рассольник ленинградский	200	2	4,9	15,3	113,3	54-3с-2020	
		Тефтели из говядины паровые	100	11,76	8,4	6,58	148,54	54-11г-2020	
		Соус красный основной	40	1,3	1,1	3,7	29,4	54-3соус-2020	
		Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,5	42,8	262,5	54-4г-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	
		Помидор в нарезке	60	0,4	0	2,5	11,5		
		Итого за обед	810				765,14		
	Итого за день		810				765,14		
Вторник 19.11.2024	Обед	Борщ со сметаной	200	1,7	4,9	10,4	92,4	54-2с-2020	
		Рис отварной	150	3,6	5,2	38	213,5	54-6г-2020	
		Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	18,36	23,88	5,28	309,36	54-9р-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	
		Огурец в нарезке	60	0,5	0	1,8	9,1		
		Итого за обед	770				868,06		
	Итого за день		770				868,06		
Среда 20.11.2024	Обед	Икра свекольная	60	1,4	4,3	7	71,7	54-15з-2020	
		Суп с рыбными консервами	200	7,9	3,9	14,3	124,1	54-12с-2020	
		Голубцы ленивые с соусом	140	8,55	23,88	5,28	121,44	54-3м-2020	
		Пюре картофельное	150	3	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020	
		Компот из изюма	200	0,5	0	27	110,20	54-6хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	64,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	810				741,84		
	Итого за день		810				741,84		
Четверг 21.11.2024	Обед	Суп крестьянский с крупой	200	2	4,9	11,7	98,9	54-10с-2020	
		Котлета из курицы	100	18,3	4,50	11,75	160,50	54-5м-2020	
		Макароны отварные	150	5	5,3	35	208	54-1г-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	4,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	750				744,90		
	Итого за день		750				744,90		
		Суп из овощей с фрикадельками	200	8,7	3,4	16,5	131,1	54-5с-2020	
		Плов из отварной говядины	200	15,5	13,2	40,3	341,9	54-11м-2020	
		Кисель из апельсинов	200	0,4	10	14,4	60,1	54-9хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,7	пром	
		Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	пром	
	Итого за обед		810				726,40		
	Итого за день		810				726,40		

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ
БЛЮД

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

5-9 классы с изменениями



	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена блюда
				Белки	Жиры	Углеводы			
Понедельник 18.11.2024	Обед	Рассольник ленинградский	250	2,4	6,2	19,1	141,6	54-3с-2020	
		Тефтели из говядины паровые	100	11,76	8,4	6,58	148,54	54-11г-2020	
		Каши гречневая рассыпчатая	200	10,9	8,7	57	350	54-4с-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	126,70	пром	
		Итого за обед	850				869,44		
	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		1090				987,6		
Вторник 19.11.2024	Обед	Борщ со сметаной	250	2,2	6,1	13	115	54-1с-2020	
		Рис отварной	200	4,8	5,2	7	284,7	54-6с-2020	
		Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	18,36	23,88	5,28	309,36	54-9р-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	810				927,4		
	Полдник	Бутерброд с маслом	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		1050				1071,7		
Среда 20.11.2024	Обед	Икра свекольная	60	1,4	4,3	7	71,7	54-15с-2020	
		Суп с рыбными консервами	250	7,9	3,9	14,3	155,2	54-12с-2020	
		Голубцы ленивые	100	8,55	23,88	5,28	121,44	54-5м-2020	
		Пюре картофельное	200	3	5,7	27	211,1	54-11г-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	126,70	пром	
		Итого за обед	850				783,7		
	Полдник	Хлеб, повидло	30/10			33,0	13,0	пром	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	56,4	54-2гн-2020	
	Итого за полдник		240				69,4		
	Итого за день		1090				813,10		
Четверг 21.11.2024	Обед	Суп крестьянский с крупой	250	2,4	6,2	14,6	123,6	54-10с-2020	
		Котлета из курицы	100	18,13	4,5	11,75	160,5	54-5м-2020	
		Макароны отварные	200	6,7	7,6	31,6	211,1	54-1г-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	4,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	910				825,9		
	Полдник	Бутерброд с маслом	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				152,4		
	Итого за день		1050				899,3		
Пятница 22.11.2024	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	
		Итого за обед	960				915,22		
	Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	54-2гн-2020	
		Печенье	40	4	13	30	126	пром	
	Итого за полдник		240				152,4		
	Итого за день		2000				1067,62		

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ
БЛЮД
ОВЗ 3,5 классы с изменениями

Утверждаю
Директор МБОУ «Сусоловская ООШ»
Ворошинина Н.В.
15.11.2024 г.

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена блюда
				Белки	Жиры				
Понедельник 18.11.2024	Завтрак	Масло сливочное	10	3,5	4,5	0	54,5	54-1з-2020	
		Каши овсяная	200	8,5	12,6	43,3	320,6	54-10к-2020	
		Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-6гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	30	2,4	0,4	12,6	63,4	пром	
	Итого за завтрак		340				377,7		
	Обед	Рассольник ленинградский	200	2	4,9	15,3	113,3	54-3с-2020	
		Тефтели из говядины паровые	100	11,76	8,4	6,58	148,54	54-11г-2020	
		Соус красный основной	40	1,3	1,1	3,7	29,4	54-3соус-2020	
		Каши гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,5	42,8	262,5	54-4г-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	
		Помидор в нарезке	60	0,4	0	2,5	11,5		
		Итого за обед	810				765,14		
	Итого за день		1150				1142,84		
Вторник 19.11.2024	Завтрак	Масло сливочное	10	3,5	4,5	0	54,5	54-1з-2020	
		Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,3	5,5	18,4	144,4	54-19к-2020	
		Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-6гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	30	2,4	0,4	12,6	63,4	пром	
	Итого за завтрак		440				324,3		
	Обед	Борщ со сметаной	200	1,7	4,9	10,4	92,4	54-2с-2020	
		Рис отварной	150	3,6	5,2	38	213,5	54-6г-2020	
		Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	18,36	23,88	5,28	309,36	54-9р-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	
		Огурец в нарезке	60	0,5	0	1,8	9,1		
		Итого за обед	710				830		
	Итого за день		1150				1154,3		
Среда 20.11.2024	Завтрак	Повидло абрикосовое	30	0,1	0	19,2	77,2	пром	
		Каши «Дружба»	200	4,9	6,9	24,6	180	54-16к-2020	
		Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-6гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	30	2,4	0,4	12,6	63,4	пром	
	Итого за завтрак		460				311,4		
	Обед	Икра свекольная	60	1,4	4,3	7	71,7	54-15з-2020	
		Суп с рыбными консервами	200	7,9	3,9	14,3	124,1	54-12с-2020	
		Голубцы ленивые	100	18,13	4,5	11,75	160,5	54-5м-2020	
		Пюре картофельное	150	3	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020	
		Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	116	54-2гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	810				741,84		
	Итого за день		1270				1053,24		
Четверг 21.11.2024	Завтрак	Каши 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 в ассортименте	30	2,4	0,4	12,6	63,4	пром	
		Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-6гн-2020	
	Итого за завтрак		440				457		
	Обед	Суп крестьянский с крупой	200	2	4,9	11,7	98,9	54-10с-2020	
		Котлета из курицы	100	18,3	4,50	11,75	160,50	54-5м-2020	
		Макароны отварные	150	5	5,3	35	208	54-1г-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	4,9	0,7	25,2	126,70	пром	
		Итого за обед	750				744		
	Итого за день		1190				1201		
Пятница 22.11.2024	Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	210	8,5	12,6	43,3	320,6	54-10к-2020	
		Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9	53-19з-2020	
		Чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,4	8,6	52,9	54-6гн-2020	
		Хлеб в ассортименте	30	2,4	0,4	12,6	63,4	пром	
	Итого за завтрак		390				405,9		
	Обед	Суп из овощей с фрикадельками	200	8,7	3,4	16,5	131,1	54-5с-2020	
		Плов из отварной говядины	200	15,5	13,2	40,3	341,9	54-11м-2020	
		Кисель из апельсинов	200	0,4	10	14,4	60,1	54-9хн-2020	
		Хлеб в ассортименте	60	4,9	0,7	25,2	126,7	пром	
		Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	пром	
	Итого за обед		810				729		
	Итого за день		1200				1134,9		