МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1" С. П. БАКСАНЕНОК БАКСАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1" С. П. БАКСАНЕНОК БАКСАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
Дата: 2024.03.20 9:05:13 +04'00'

Меню приготавливаемых блюд для обучающихся 1-4 классов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Запеканка творожная со сметаной	200/15	28,44	19,51	17,1	357,16	463
	Салат из моркови	80	0,65	0,1	5,17	24,24	38
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	8
	Кондитерское изделие	20					
	Суммарный обьем блюда	560					
						754,6	
Неделя 1 День 2							
	Гуляш из говядины	120	21,42	17,56	5,16	185,7	591
	Гарнир-пшенка	150	6,6	5,72	37,88	229,5	679
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	8
	Суммарный обьем блюда	520					
	Итого					550,4	
Неделя 1 День 3							
	Котлета из куриного филе, с соусом сметанным	165	10,91	15,66	8,87	220,5	307
	Гречка рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	679
	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	33
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	8
	Суммарный объем блюда	625					
	Итого					678,89	

Неделя 1							
День 4							
	Рыба припущенная	**90**	**15,78**	**2,14**	**0,28**	**83,25**	**245**
	Гарнир- отварные макароны	**150**	**5,52**	**4,52**	**26,45**	**168,45**	**688**
	Салат из капусты	**80**	**1,7**	**6,1**	**10,6**	**103,98**	**43**
	Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0**	**14**	**28**	**943**
	Хлеб пшеничный	**50**	**3,07**	**1,07**	**20,9**	**107,2**	**8**
	Суммарный объем блюда	**570**					
	Итого					**506,42**	
Неделя 1							
День 5							
	Тефтели из говядины	**90**	**9,37**	**13,7**	**10,8**	**181,44**	**462**
	Картофельный соус на сметане	**150**	**2,29**	**11**	**14,44**	**166**	**320**
	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком и луком	**60**	**2,98**	**5,19**	**6,25**	**83,6**	**10**
	Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0**	**14**	**28**	**943**
	Хлеб пшеничный	**50**	**3,07**	**1,07**	**20,9**	**107,2**	**8**
	Суммарный объем блюда	**550**					
	Итого					**586,62**	
Неделя 2							
День 6							
	Национ. блюдо "Джаршлибже"	**150**	**11,55**	**3,14**	**25,43**	**178,27**	**13**
	Гарнир-пшенка	**150**	**6,6**	**5,72**	**37,88**	**229,5**	**679**
	Салат из капусты	**80**	**1,7**	**6,1**	**10,6**	**103,98**	**43**
	Чай с сахаром	**200**	**4,06**	**1,02**	**6,93**	**101,3**	**943**
	Хлеб пшеничный	**50**	**3,07**	**1,07**	**20,9**	**107,2**	**8**
2 завтрак	**Фрукт- яблоко**	**200**	**0**	**0**	**14**	**141**	
	Суммарный обьем блюда	**830**					
	Итого					**838,19**	
Неделя 2							
День7							
Завтрак	**Котлета из говядины с подливой**	**120**	**13,95**	**10,39**	**14,13**	**205,87**	**608**
	Гарнир -отварные макароны	**150**	**5,52**	**4,52**	**26,45**	**168,45**	**688**
	Салат из свеклы	**60**	**0,86**	**3,65**	**5,02**	**56,54**	**33**
	Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0**	**14**	**28**	**943**

	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	8
	Кондитерские изделия	20					
	Суммарный обьем блюда	600					
	Итого					566,06	
Неделя 2 День 8							
	Жаркое по-домашнему с птицей	290	12,69	17,8	17,8	293,58	436
	Салат из капусты	80	1,7	6,1	10,6	103,98	43
	Чай с сахаром	200	4,06	1,02	6,93	101,3	943
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	8
	Суммарный обьем блюда	620					
	Итого					577,08	
Неделя 2 День 9							

•

	Рыба припущенная	90	15,78	2,14	0,28	83,25	245
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25	694
	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком и луком	60	0,86	3,65	5,02	56,34	33
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	8
2завтрак	Фрукты-яблоко	200	0	0	14	141	
	Суммарный обьем блюда	760					
	Итого					589,44	
Неделя 2 День 10							
	Куриные ножки с подливой	120	25,6	25,98	5,6	240	643
	Гарнир -пшенный	150	6,6	5,72	37,88	229,5	679
	Салат из белокачанной капусты	80	1,7	6,1	10,6	103,98	43
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
	Хлеб пшеничный	50	3,07	1,07	20,9	107,2	8
	Суммарный обьем блюда	600					
	Итого					783,68	

Меню составлено в соответствии с Санпин от 27.10.2020г. №32 и рекомендации по организации

питания обучающихся ОО ПоповойА.Ю. с использованием сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей под редакцией М.П. Могильного и В.А.Тутельяна;

Проводится С витаминизация 3 блюд

.