



УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы:
Н.В. Бирюкова
Приказ № 371 от 24.02.2021 года

**Меню 10 дней горячий обед
при МБОУ СОШ
с. Новоалександровка**

1 день											
обед	Суп вермишевый на м/к бульоне	250	300	3,76	3,28	0,14	0,18	18,17	21,91	82	98,6
	Гуляш из говядины	80	100	16,42	20,46	13,85	15,25	1,38	1,38	195,8	195,8
	Гречневая каша отварная	150	200	5,67	6,3	1,17	1,3	30,6	34	148,05	164,5
	Салат овощной	100	100	0,28	0,28	-	-	10,5	10,5	94,2	94,2
	Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
	Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43	45,4	65,1
	Всего									705,23	772,29
2 день											
обед	Суп рисовый на м/к бульоне	150	200	1,8	1,8	4,9	4,9	15,93	15,93	67,86	67,86
	Картофельное пюре	150	200	2,86	3,56	8,25	8,25	28,65	35,4	191,75	220,15
	Рыба тушеная	60	60	14,52	14,52	8,03	8,03	7,51	7,51	58,02	58,02
	Соус томатный	30	50	0,76	0,76			3,24	3,24	16,1	16,1
	Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
	Салат из свеклы	100	100	1,4	1,4	5	5	1,8	1,8	38,4	38,4
	Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43	45,4	65,1
	Всего									479,38	513,39
3 день											
обед	Суп крестьянский с перловой крупой на м/к бульоне	250	300	3,46	3,46	8,47	8,47	19,72	19,72	86,18	86,18
	Макаронные изделия отварные	230	250	18,26	22,3	5,6	7	20,7	20,7	87,5	87,5
	Гуляш из говядины	80	100	16,42	20,46	13,85	15,25	1,38	1,38	195,8	195,8
	Салат из капусты	100	100	1,4	1,4	5	5	4,3	4,3	67,35	67,35
	Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
	Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43	45,4	65,1
	Всего									426,21	460,22
4 день											
обед	Щи на м. к. б.	250	300	3,47	3,47	12,4	12,4	21,24	21,24	206,93	206,93
	Рис с мясом	150	200	19,71	24,1	5,87	7,3	37,38	37,38	272,15	317,1
	Салат со свеклой	100	100	0,28	0,28	8,25	8,25	10,5	10,5	94,2	94,2
	Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
	Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43	45,4	65,1
	Всего									758,46	837,42

9 день											
обед	Борщ из свежей капусты на м.к. бульоне	250	300	3,74	3,74	-	-	21,3	21,3	112,28	112,28
	Жаркое по-домашнему	230	250	18,26	22,3	5,6	7	20,7	20,7	87,5	87,5
	Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43	45,4	65,1
	Салат из моркови	100	100	0,28	0,28	8,25	8,25	10,5	10,5	94,2	94,2
	Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
	Всего										433,76
10 день											
обед	Рассольник на м.к. бульоне	250	300	26,1	26,1	0,58	0,58	36,18	36,18	168,88	168,88
	Гуляш из говядины	80	100	16,42	20,46	13,85	15,25	1,38	1,38	195,8	195,8
	Вермишель отварная	150	150	4,79	4,79	4,59	4,59	30,62	30,62	182,95	182,95
	Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43	45,4	65,1
	Салат из свеклы	100	100	1,4	1,4	5	5	1,8	1,8	38,4	38,4
	Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
	Всего										771,21

Завхоз У Уразаева Н.В.

Повар К Касимова О.В.

