

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы:

Н.В. Бирюкова

Приказ № 2/1 от 11.01.2022 года

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



## 5 день

Суп гречневый на м. к. б.	250	300	7,57	8,2	13,85	1,3	57024	50,64	219,17	235,62
Овощное рагу с мясом	150	200	14,14	18,18	4,9	6,3	6,85	6,86	187,94	187,94
Салат Винегрет	100	100	1,4	1,4	5	5	9,05	9,05	85,2	85,2
Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43,	45,4	65,1
Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
<b>Всего</b>									<b>910,45</b>	<b>977,61</b>

обед

## 6 день

Домашняя лапша на курином к. бульоне	250	300	2,57	2,57	0,38	0,38	16,8	16,8	77,13	77,13
Салат из моркови	100	100	1,4	1,4	5	5	4,3	4,3	67,35	67,35
Рыбные котлеты	80	100	9,93	12,2	0,4	0,8	3,73	3,73	58,02	68,02
Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43,	45,4	65,1
Гороховое пюре	100	150	3,15	3,5	0,27	0,3	34,8	38,7	145,35	161,5
Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
<b>Всего</b>									<b>455,9</b>	<b>593,19</b>

обед

## 7 день

Суп гороховый на м. к. бульоне	250	300	9,2	9,2	0,64	0,64	23,08	23,08	129,2	129,2
Котлеты из говядины	80	100	15,37	19,41	5,15	6,55	6,85	6,86	157,74	187,04
Картофельное пюре	150	200	2,86	3,56	8,25	8,25	28,65	35,4	191,75	220,15
Салат Винегрет	100	100	1,4	1,4	5	5	9,05	9,05	85,2	85,2
Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43,	45,4	65,1
Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
<b>Всего</b>									<b>749,07</b>	<b>840,78</b>

обед

## 8 день

Суп с фрикадельками	250	300	20,18	24,22	5,73	7,13	28,07	28,07	239,97	268,77
Капуста тушеная с мясом	150	200	6,26	6,26	6,29	6,29	4,93	4,93	106,21	106,21
Хлеб пшеничный	200	300	1,66	2,49	0,26	0,39	9,62	14,43	45,4	65,1
Салат со свеклой	100	100	1,46	1,46			6,34	6,34	30,68	30,68
Компот из сухофруктов	200	200	0,24	0,24	-	-	24,67	24,67	139,78	154,09
<b>Всего</b>									<b>562,04</b>	<b>624,85</b>

обед

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
	Пшеничная каша	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
	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
	<b>Всего</b>										<b>433,76</b>
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
	<b>Всего</b>										<b>771,21</b>

Завхоз

*Реш*

Денисенко Н.В.

Повар

*Ки*

Касимова О.В.