Утверждено
приказом от 30.08.2023 № 806

директор школы _____ И.В. Абрамова

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей, относящихся к категории детей из малообеспеченных семей без доплаты обучающихся в 5-11 классах
МБОУ «Сатинская СОШ»
(ОБЕД)

Наименование блюда	Выход (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1 НЕДЕЛЯ						
Понедельник						
1. Суп картофельный с пшенной крупой	250,00	2,68	2,80	13,71	83,60	204
3. Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	389
4. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
5. Хлеб пшеничный	30,00	1,52	0,16	8,80	48,88	1
Итого	**520,00**	**7,84**	**3,44**	**58,55**	**295,52**	
Вторник						
1. Суп -лапша с куриной грудкой	250,00	32,39	9,84	125,24	427,40	86
3.Булочка домашняя	60,00	2,8	5,5	18,9	136,3	424
4. Компот из с/м/сушеных ягод	200,00	0,20	0,20	22,30	110,00	859
5. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
Итого	**550,00**	**38,03**	**16,02**	**182,28**	**751,94**	
Среда						
1. Борщ с капустой и картошкой со сметаной	250/30	0,75	0,05	5,30	150,00	82
3. Кисель	200,00	0,04	0,04	15,30	49,60	648
4. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
5. Печенье	15,00	1,13	1,50	11,15	62,20	604

Итого	**535,00**	**4,56**	**2,07**	**47,59**	**340,04**	
Четверг						
1.Суп вермишеливый	250,00	2,69	2,84	17,14	104,75	208
4. Какао на молоке	200,00	4,80	4,80	21,96	147,84	250
5. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
6. Бутерброд с маслом	30/15	2,30	4,36	14,62	108,00	184
Итого	**535,00**	**12,43**	**12,48**	**69,56**	**438,83**	
Пятница						
1. Жаркое по-домашнему	250,00	43,01	11,67	49,92	476,8	345
3.Чай	200,00	0,20	0,00	14,00	28,00	943
4. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
Итого	**490,00**	**45,85**	**12,15**	**79,76**	**583,04**	
2 НЕДЕЛЯ						
Понедельник						
1. Суп гороховый	250,00	5,49	5,28	16,33	134,75	206
2 Чай	200,00	0,20	0,00	14,00	28,00	943
3. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
4 Хлеб пшеничный	30,00	1,52	0,16	8,80	48,88	1
Итого	**520,00**	**9,85**	**5,92**	**54,97**	**289,87**	
Вторник						
1.Суп -лапша	250,00	2,69	2,84	17,14	104,75	208
3. Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	389
5. Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,36	11,88	57,68	1
6. Хлеб пшеничный	30,00	1,52	0,16	8,80	48,88	1
Итого	**510,00**	**7,19**	**3,36**	**58,02**	**296,11**	
Среда						
1. Суп крестьянский с крупой и куриным филе	250,00	1,48	4,92	6,09	74,56	201
2. Печенье	15,00	1,13	1,50	11,15	62,20	604
3. Компот из с/м/сушеных ягод	200,00	0,20	0,20	22,30	110,00	859
5. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
Итого	**505,00**	**5,45**	**7,1**	**55,38**	**325**	
Четверг						
1. Щи из свежей капусты с картошкой	250,00	1,00	0,18	7,55	34,10	88
3. Какао на молоке	200,00	4,80	4,80	21,96	147,84	250
4. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
5. Печенье	15,00	1,13	1,50	11,15	62,20	604

Итого	**505,00**	**9,57**	**6,96**	**56,50**	**322,38**	
Пятница						
1. Рагу из птицы с овощами	250,00	16,40	4,30	17,40	274,23	312
2. Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	15,84	78,24	1
3. Йогурт	200	6,4	9	32	198	128
Итого	**490,00**	**25,44**	**13,78**	**65,24**	**550,47**	