

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МОГОТОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА СМОЛЕНСКОГО РАЙОНА СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

Приложение 1

к приказу от 27.08.2021 года №101-ОД

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Моготовской ОШ

С.И. Ситников



**Меню приготавливаемых блюд для организации горячего питания
для обучающихся 1-4 классов
в МБОУ Моготовской ОШ**

1 день														
ТТК	Нарезка из маринованных огурцов	60,00	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	2,94	0,00	0,00	10,2	18,0	8,4	0,30
489	Картофель тушеный с курицей	150,00 /90	17,01	13,23	26,19	299,7	0,135	3,86	0,43	2,21	41,14	184,92	27,05	5,77
622	Кофейный напиток с молоком	200,0	4,62	4,02	43,8	177,56	0,05	2,06	0,01	0,17	158,70	126,20	15,2	0,67
ГОСТ	Хлеб пшеничный	30,00	2,4	0,8	16,7	85,7	0,13	0,00	0,00	0,34	0,01	34,8	13,2	1,01
ГОСТ	Хлеб ржаной	30,00	2,6	0,48	1,05	72,4	0,07	0,00	0,00	0,5	14,0	67,2	10,0	0,31
ТТК	Фрукты свежие	100,00	0,55	0,55	14,11	63,60	0,02	5,00	0,14	1,15	98,00	66,00	12,00	1,3
Итого		700,00	27,6	19,14	102,99	705,74	0,425	13,86	0,58	4,37	322,05	497,12	85,85	9,36
2 день														
47 (А)	Нарезка из помидор	60,00	0,73	5,06	4,10	103,00	0,02	8,55	0,00	0,65	26,45	24,50	11,13	0,73
265 (А)	Макаронные изделия отварные с сыром	190	6,07	7,48	23,98	181,00	0,12	0,15	0,05	0,03	106,11	105,55	20,93	0,66
422 (А)	Кофейный напиток с молоком	200,00	1,40	1,60	18,31	85,00	0,02	0,65	0,02	0,00	60,40	49,00	7,00	0,09
ГОСТ	Хлеб ржаной	30,00	4,23	0,66	15,83	78,33	0,09	0,00	0,00	0,70	13,50	75,00	18,00	1,25
ГОСТ	Фрукты	100,00	2,37	0,00	10,62	35,00	0,02	5,50	0,09	1,00	6,15	18,75	5,00	0,25
ИТОГО		580,0	20,15	24,40	83,04	605,0	0,27	14,85	0,16	2,38	274,91	357,80	62,06	2,98

3 день														
61	Салат из моркови с курагой	60,00	2,89	0,16	32,62	135,52	0,05	2,23	1,95	-	89,41	81,53	58,62	1,79
ТТК	Запеканка из творога со сгущенным молоком	160	12,97	8,92	20,10	212,66	0,04	0,58	0,54	0,00	114,93	159,26	18,21	0,83
ТТК	Чай с лимоном	210	0,13	0,02	10,25	41,68	0,00	2,83	0,00	0,05	14,05	4,40	2,40	0,38
ГОСТ	Хлеб пшеничный	30,0	2,02	0,25	15,04	70,57	0,03	0,00	0,00	0,33	68,6	39,5	5,45	0,3
ТТК	Фрукт	100,0	0,40	0,40	10,26	46,25	0,03	4,00	0,00	0,26	20,0	14,66	11,33	0,4
ИТОГО		560,0	18,41	9,75	88,27	506,68	0,15	9,64	2,49	0,64	306,99	299,35	96,01	3,7
4 день														
29	Салат из свежих огурцов	60,00	0,83	0,04	9,44	41,00	0,01	4,30	0,00	0,01	30,16	25,50	19,44	0,31
443	Пюре картофельное	150,00	3,88	16,71	26,46	234,82	0,10	4,14	0,05	0,05	83,39	116,04	17,38	0,67
238	Рыба тушеная	90,00	7,33	0,43	0,21	51,60	0,06	0,97	0,00	0,00	121,25	136,61	0,00	0,25
231	Компот из сухофруктов	200,00	1,6	0,00	28,04	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,0	0,0
ГОСТ	Хлеб ржаной/пшеничный	30/30	4,23	0,66	15,83	78,33	0,09	0,00	0,00	0,70	13,50	73,00	18,00	1,25
ГОСТ	Сок	200,00	0,37	0,00	10,62	35,00	0,02	5,50	0,09	0,60	6,15	18,75	5,00	0
Итого		760,00	18,24	17,84	90,6	560,75	0,28	14,91	0,14	1,36	254,45	369,9	59,82	2,48

5 день														
209 (Б)	Яйцо вареное	40,00	4,10	6,60	1,30	70,00	0,00	0,00	0,00	1,20	22,00	77,00	2,00	1
327 (А)	Каша молочная «Дружба»	180,00	2,93	6,02	26,58	132,00	0,06	5,61	0,03	0,02	42,62	76,33	18,16	0,39
ТТК	Кисель	200,00	1,45	1,90	12,55	85,00	0,02	5,65	0,01	0,00	45,33	58,10	16,05	0,52
404	Оладьи со сгущенным молоком	90,0	6,3	5,73	8,88	203,28	0,05	0,24	0,03	0,02	55,60	10,50	7,40	0,76
ГОСТ	Фрукт	100,0	5,90	3,75	18,91	45,0	0,08	2,74	0,04	0,02	113,20	189,90	18,84	0,12
Итого		610,0	23,45	27,06	101,35	668,06	0,29	14,24	0,11	3,66	289,75	461,83	71,45	3,59
6 день														
40	Салат из свеклы	60	0,72	3,09	6,53	56,00	0,01	6,42	0,00	0,88	35,69	16,06	9,92	0,31
317	Рагу из овощей	180	2,74	5,78	15,87	130,50	0,07	5,68	0,03	0,55	72,17	91,02	19,33	0,14
168	Котлета домашняя	90	6,49	8,15	15,73	141,33	0,10	0,12	0,00	0,00	9,60	84,36	2,48	0,42
231	Компот из сухофруктов	200,00	1,6	0,00	28,04	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,0	0,0
ГОСТ	Хлеб ржаной/ пшеничный	30/30	4,23	0,66	15,83	78,33	0,09	0,00	0,00	0,70	13,50	75,00	18,00	1,25
ГОСТ	Фрукт	100	0,80	0,40	8,10	47,00	0,00	1,80	0,10	0,30	40,00	34,00	5,00	0,75
Итого		690,0	16,38	19,68	80,37	538,16	0,29	14,67	0,15	2,43	231,36	349,44	61,73	2,96

7 день														
12	Салат из белокачанной капусты свежей	60	0,24	0,03	0,78	4,20	0,00	3,00	0,00	0,01	6,90	12,60	4,20	0,18
464	Каша гречневая вязкая	150	2,74	6,61	43,06	127,00	0,08	0,00	0,03	0,01	17,23	107,46	18,50	0,66
368	Гуляш из говядины	90	14,9	13,2	4,6	195,6	0,06	4,56	0,00	0,54	13,56	153,8	22,98	1,98
622	Кофейный напиток с молоком	200,00	1,45	1,90	12,55	75,00	0,02	5,65	0,01	0,00	45,33	58,10	16,05	0,52
ГОСТ	Хлеб ржаной	30,00	4,23	0,66	15,83	78,33	0,09	0,00	0,00	0,70	13,50	75,00	18,00	1,25
ГОСТ	Фрукт	100	0,32	0,32	5,44	37,60	0,04	8,70	0,08	0,00	12,80	8,80	0,60	0,16
Итого		630,0	23,88	22,72	82,26	517,73	0,29	21,91	0,12	1,26	109,32	415,76	80,33	4,75
8 день														
13	Нарезка из свежих помидор	60	0,35	0,05	0,95	5,5	0,01	3,5	0,001	0,05	8,5	15	7	0,25
134	Капуста тушеная с курицей	150/90	5,9	8,7	5,7	130,1	0,09	17,48	0,015	0,94	0,25	55,95	24,32	1,18
434	Чай с лимоном	210	0,26	0,05	15,22	65,00	0,00	2,90	0,00	0,00	8,05	9,78	3,24	0,9
ГОСТ	Хлеб пшеничный	30	5,60	2,70	23,83	165,66	0,16	0,00	0,00	0,31	16,10	60,90	13,10	0,6
ГОСТ	Хлеб ржаной	30	4,23	0,66	15,83	78,33	0,09	0,00	0,00	0,70	13,50	75,00	18,00	1,25
42	Сыр нарезанный	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,01	0,11	39	0,12	132	75	5,25	0,15
ГОСТ	Фрукт	100	0,40	0,33	10,33	65,33	0,02	5,00	0,14	1,15	98,00	66,00	12,00	1,3
Итого		685	16,74	12,49	71,86	509,92	0,30	14,85	0,14	2,29	263,12	409,50	60,91	2,95

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

9 день														
14	Салат из свеклы с яйцом	80,00	0,42	4,44	1,74	48,6	0,01	8,32	0,01	1,10	9,68	0,3	0,52	0,25
56	Макаронны отварные с говядиной	240,0	2,41	3,52	13,47	171,96	0,01	0,28	0,12	0,01	23,50	24,05	11,08	0,07
231	Компот из сухофруктов	200,00	1,6	0,00	28,04	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,0	0,0
ГОСТ	Хлеб ржаной	30	5,60	2,70	23,83	70,99	0,16	0,00	0,00	0,31	16,10	60,90	13,10	0,6
ГОСТ	Йогурт	100	1,00	6,00	8,00	40,00	0,02	11,60	0,00	0,00	90,00	102,00	30,00	0,7
Итого		650,00	11,03	16,66	75,08	451,55	0,2	20,2	0,13	1,42	139,28	187,25	54,70	1,62

10 день														
15	Салат из свежих овощей	60	0,59	3,69	2,24	44,52	0,03	10,06	0,00	0,00	11,21	20,77	9,76	0,44
304	Плов с курицей	150/90	28,10	23,53	49,41	522,0	0,08	1,39	66,4 6	0,04	62,44	276,0	0,00	3,03
ТТК	Какао с молоком	200	0,13	0,02	10,25	41,68	0,00	2,83	0,00	0,05	14,05	4,40	2,40	0,38
ГОСТ	Хлеб ржаной	30,0	1,95	0,36	0,78	54,3	0,05	0,00	0,00	0,37	10,5	50,4	7,5	0,23
ГОСТ	Хлеб пшеничный	30,0	2,02	0,25	15,04	70,57	0,03	0,00	0,00	0,33	68,6	39,5	5,45	0,3
42	Сыр нарезанный	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,01	0,11	39	0,12	132	75	5,25	0,15
96	Масло сливочное порционнo	10	3,12	7,57	15,57	161,30	0,04	0,00	0,00	0,00	10,40	0,00	0,00	0,46
ГОСТ	Фрукт	100	0,65	0,65	16,68	75,16	0,05	6,5	0,00	0,43	32,5	23,8	18,4	0,65
Итого		685,0	40,04	40,5	109,97	1024,13	0,29	20,89	105,46	1,34	341,7	489,87	48,76	5,64

