

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

Приложение 2

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 5-9 классов
в МБОУ Моготовской ОШ**

1 день														
ТТК	Нарезка из маринованных огурцов	100,00	0,42	0,06	1,14	10,78	0,02	2,94	0,00	0,00	10,2	18,0	8,4	0,30
489	Картофель тушеный с курицей	180,00 /100	17,01	13,23	26,19	302,5	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
Итого		640,00	27,6	19,14	102,99	648,94	0,425	13,86	0,58	4,37	322,05	497,12	85,85	9,36
2 день														
47 (А)	Нарезка из помидор	100,00	0,73	5,06	4,10	123,00	0,02	8,55	0,00	0,65	26,45	24,50	11,13	0,73
265 (А)	Макаронны отварные с сыром	200	6,07	7,48	23,98	252,00	0,12	0,15	0,05	0,03	106,1 1	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
ИТОГО		530,00	20,15	24,40	83,04	538,33	0,27	14,85	0,16	2,38	274,9 1	357,80	62,06	2,98

3 день														
61	Салат из моркови с курагой	100,00	2,89	0,16	32,62	141,23	0,05	2,23	1,95	-	89,41	81,53	58,62	1,79
ТТК	Запеканка из творога со сгущенным молоком	250	12,97	8,92	20,10	256,32	0,04	0,58	0,54	0,00	114,93	159,26	18,21	0,83
ТТК	Чай с лимоном	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 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
ИТОГО		580,00	18,41	9,75	88,27	509,8	0,15	9,64	2,49	0,64	306,99	299,35	96,01	3,7
4 день														
29	Салат из свежих огурцов	100,00	0,83	0,04	9,44	56,3	0,01	4,30	0,00	0,01	30,16	25,50	19,44	0,31
443	Пюре картофельное	180	3,88	16,71	26,46	285,32	0,10	4,14	0,05	0,05	83,39	116,04	17,38	0,67
238	Рыба тушеная	100,00	7,33	0,43	0,21	98,60	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
Итого		640,00	18,24	17,84	90,6	638,55	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»	200,00	2,93	6,02	26,58	142,00	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	120,0	6,3	5,73	8,88	225,63	0,05	0,24	0,03	0,02	55,60	10,50	7,40	0,76
Итого		560,00	23,45	27,06	101,35	522,63	0,29	14,24	0,11	3,66	289,75	461,83	71,45	3,59
6 день														
40	Салат из свеклы	100	0,72	3,09	6,53	86,00	0,01	6,42	0,00	0,88	35,69	16,06	9,92	0,31
317	Рагу из овощей	200	2,74	5,78	15,87	185,63	0,07	5,68	0,03	0,55	72,17	91,02	19,33	0,14
168	Котлета домашняя	110	6,49	8,15	15,73	198,62	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
Итого		670,00	16,38	19,68	80,37	668,58	0,29	14,67	0,15	2,43	231,36	349,44	61,73	2,96

7 день														
12	Салат из белокачанной капусты свежей	110	0,24	0,03	0,78	8,50	0,00	3,00	0,00	0,01	6,90	12,60	4,20	0,18
464	Каша гречневая вязкая	200	2,74	6,61	43,06	225,60	0,08	0,00	0,03	0,01	17,23	107,46	18,50	0,66
368	Гуляш из говядины	100	14,9	13,2	4,6	210,23	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
Итого		640,00	23,88	22,72	82,26	597,66	0,29	21,91	0,12	1,26	109,32	415,76	80,33	4,75

8 день														
13	Нарезка из свежих помидор	100	0,35	0,05	0,95	10,23	0,01	3,5	0,001	0,05	8,5	15	7	0,25
134	Капуста тушеная с курицей	200/10 0	5,9	8,7	5,7	186,39	0,09	17,48	0,015	0,94	0,25	55,95	24,32	1,18
434	Чай с лимоном	200	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
Итого		660,00	16,74	12,49	71,86	505,61	0,30	14,85	0,14	2,29	263,12	409,50	60,91	2,95

9 день														
14	Салат из свеклы с яйцом	100,00	0,42	4,44	1,74	85,20	0,01	8,32	0,01	1,10	9,68	0,3	0,52	0,25
56	Макаронны отварные с говядиной	280,00	2,41	3,52	13,47	256,32	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
Итого		610,00	11,03	16,66	75,08	532,51	0,2	20,2	0,13	1,42	139,28	187,25	54,70	1,62

10 день														
15	Салат из свежих овощей	100	0,59	3,69	2,24	88,90	0,03	10,06	0,00	0,00	11,21	20,77	9,76	0,44
304	Плов с курицей	280,00	28,10	23,53	49,41	652,00	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
Итого		640,00	40,04	40,5	109,97	907,45	0,29	20,89	105,46	1,34	341,7	489,87	48,76	5,64