

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МКОУ
 «Дворцовская основная
 общеобразовательная
 школа»

О.А.Епищев

02.09.2024г.

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 2024- 2025 УЧЕБНЫЙ ГОД
 МКОУ «ДВОРЦОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ОБЕДЫ)**

Дни	Наименование	№ рецепт	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Эн.цен.
I	Суп гороховый	25	250	4,52	4,55	17,4	128,76
	Плов с кур.	304	180	19,6	23,4	47,4	480,28
	Салат из квашенной капусты	60	60	0,52	3,07	1,57	35,88
	Кисель	33	200	0	0	19,97	66,88
	Хлеб ржаной	32	30	1,98	0,36	10,2	51,96
	Батон пшен.	34	30	3,95	0,5	24,2	117,1
	Итого			30,67	31,88	120,74	880,86
II	Суп крестьянский со сметаной	24	250/10	1,91	4,87	11,1	96,08
	Капуста тушеная с говядиной	47	200	11,11	9,65	14,9	186,72
	Компот из с/ф	32	30	1,98	0,36	10,2	51,96
	Хлеб пшеничный	34	30	3,95	0,5	24,2	117,1
	Итого			20,15	15,68	107,66	648,24
III	Суп вермешелевый с курицей	208	250	2,7	25,2	0,81	240,84
	Рыбная котлета	20	76	10,7	3,5	7,5	104,3
	Овощи в нарезке	40	50	0,42	0,09	2,16	10,5
	Сок		200	1,0	0,0	20,2	92
	Хлеб ржаной	32	30	1,98	0,36	10,2	51,96
	Хлеб пшен.	32	30	3,95	0,5	24,2	117,1
	Итого			24,01	35,76	86,17	759,9
IV	Суп рисовый	24	250	1,91	4,97	11,1	96,8
	Гуляш	30	70,0	10,98	11,57	3,36	161,3
	Рожки отварные	688	130,0	5,52	4,52	26,42	168,45
	Овощи в нарезке	40	50,0	0,42	0,09	2,16	10,5
	Кисель	33	200	0	0	19,97	66,88
	Хлеб ржаной	32	30,0	1,98	0,36	10,2	51,96
	Хлеб пшеничный	34	30,0	3,95	0,5	24,2	117,1
	Итого			24,76	22,01	97,41	672,99
V	Суп с рыбными консервами	87	250	6,89	6,72	11,47	133,8
	Овощное рагу с мясом	54	200	27,4	88,6	16,5	433,7
	Овощи в нарезке	40	50	0,12	0,02	0,38	3
	Компот из с/ф	31	200	0,23	0,05	14,98	85,72
	Хлеб ржаной	32	30	1,98	0,36	10,2	51,96
	Хлеб пшеничный	32	30	3,98	0,5	24,2	117,1

	Итого			40.57	96.25	77.73	825,28
V1	Свекольник со сметаной	20	250/10	1.86	4.97	12.83	103.26
	Котлета куриная	307	80	9,7	13.92	7.89	196.0
	Каша гречневая с подливой	29	130	9.16	7.77	41.56	273.53
	Овощи в нарезке	40	50	0.12	0.09	2.16	10.5
	Сок фруктовый	пром.изг	200	1.0	0	20.2	92
	Хлеб ржаной	32	30.0	1.98	0.36	10.2	51.96
	Хлеб пшеничный	34	30.0	3.95	0.5	24.2	117.1
	Итого			28.07	27.63	119.04	844.35
V11	Суп овощной со сметаной	202	250/10	1.68	45.98	9.35	98.35
	Курица тушеная	301	70.0	17.65	14.58	4.7	221
	Рис отварной	29	120	9.16	7.77	41.56	273.53
	Салат из консервированной кукурузы	12	40.0	1.73	3.71	4.82	59.58
	Компот из с/ф	31	200.0	0.03	14.98	85.72	
	Хлеб ржаной	32	30.0	1.98	0.36	10.2	51.96
	Хлеб пшеничный	34	30.0	3.95	0,5	24,2	117,1
	Итого			36,38	72,93	109,81	907,24
VIII	Суп фасолевый со сметаной	146	250/10	4.52	24.55	17.4	128.76
	Тефтели	139	110	9.6	8.5	8.5	151
	Салат из квашеной капусты	60	60	0.52	3.07	1.57	35.88
	Сок фруктовый	пр.изд.	200	0	0	23.0	92.0
	Хлеб ржаной	32	30	1.98	0.36	10.2	51.96
	Хлеб пшеничный	34	30	3.95	0.5	24.2	117.1
	Итого			20.57	36.98	84.87	576.7
IX	Рассольник со сметаной	26	250/10	2.6	4.38	17.7	119.96
	Гречневый плов	61	180	42.7	13.7	67.7	175.1
	Салот из зел.горошка с луком	12	40.0	1.73	3.71	4.82	59.58
	Кисель	33	200	0	0	19.97	66.88
	Хлеб ржаной	32	30	1.98	0.36	10.2	51.96
	Хлеб пшеничный	34	30	3.95	0.5	24.2	117.1
	Итого			52.96	22.65	144.29	590.58
X	Лапша с курицей	22	250/30	1,98	3,13	12,2	85,43
	Рыба тушеная с овощами	37	60	11,8	3,23	5,8	199,8
	Картофельное пюре	128	150.0	3,26	6.1	21,1	143,2
	Соленый огурец	32,18	60	0,04	0.02	0,32	0,38
	Компот из с/ф	31	200	0,23	0,05	14,98	85,72
	Хлеб ржаной	32	30	1,98	0,36	10,2	51,96
	Хлеб пшеничный	34	30	3,95	0,5	24,2	117,1
	Итого			23,24	13,39	88,8	683,59
	Итого за 10 дней			298,38	875,15	1628,12	6148,96