



"Утверждаю":

Директор ГБОУ СОШ им. М.К. Овсянникова с. Исаклы

Е.Н. Нестерова

"01" сентября 2023г

Еженедельное школьное меню ГБОУ СОШ им. М. К. Овсянникова с. Исаклы на 2023-2024 учебный год

Неделя:	первая
Сезон:	осенне-зимний, зимне-весен
Возрастная категория:	с 11 лет и старше

1	2	3	Пищевые вещества			7	8
			Б	Ж	У		
День 1	Макаронные изделия отварные с маслом	180/6	6,55	6,94	36,55	234,86	203
Понедельник	Сосиска отварная	65	6,56	18,38	30	194	243
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ГР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72	15
Итого за день			21,83	31,74	105,9	679,76	
День 2	Каша вязкая гречневая	180/6	5,68	6,21	25,45	180,42	303
Вторник	Биточки паровые	100	11,99	10,1	9,9	179	281
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ГР
	компот из свежих яблок	200/24	0,16	0,16	27,88	114,6	342
	Соус красный основной	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
Итого за день			22,73	19,91	91,36	637,07	
День 3	салат из свеклы отварной	60	0,85	3,61	4,95	55,68	52
Среда	Рис отварной	180/8	4,58	6,74	45,98	262,82	304
	Птица тушёная в сметане	100	21,35	19,63	2,93	250,22	293
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ГР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
Итого за день			31,81	33,44	97,19	793,77	
День 4	салат из св.капусты с морковью	60	0,79	1,94	3,88	36,24	45
Четверг	Пюре картофельное	180/6	3,8	5,95	25,34	170,19	312
	Тефтели 2-й вариант	100	10,96	9,64	9,88	170	279
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ГР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
Итого за день			19,63	18,05	78,45	555,33	
День 5	Суп с макарон. издел, картофелем и курицей	250/25	8,09	9,1	15,81	187,3	112
Пятница	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72	15
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ГР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
Итого за день			16,81	15,52	55,16	438,2	
Итого за неделю			112,81	118,66	428,06	3104,13	

Согласовано с: Медсестра Бурца /В.П.Бурцева/

Бухгалтер Вас /В.С.Емельянова/

Повар Евдок /И.А.Енютина/



"Утверждаю":

Директор ГБОУ СОШ им. М.К. Овсянникова с. Исаклы

Е.Н. Нестерова

"01" сентября 2023г

Еженедельное школьное меню ГБОУ СОШ им. М. К. Овсянникова с. Исаклы на 2023-2024 учебный год

Неделя:	вторая
Сезон:	осенне-зимний, зимне-весен
Возрастная категория:	с 11 лет и старше

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
День 6 Понедельник	Макаронные изделия отварные с маслом	180/6	6,55	6,94	36,55	234,86	
	Сосиска отварная	65	6,56	18,38	30	194	203
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	243
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	629
	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72	ПР
Итого за день			21,83	31,74	105,9	679,76	15
День 7 Вторник	Бобовые отварные (горох)	180/6	16,84	1,75	43,31	255	199
	Тефтели 1 вариант	100	9,8	9,43	10,46	165,88	278
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ПР
	компот из свежих яблок	200/24	0,16	0,16	27,88	114,6	342
Итого за день			30,75	11,84	105,8	652,38	
День 8 Среда	салат из св.капусты с морковью	60	0,79	1,94	3,88	36,24	45
	Пюре картофельное	180/6	3,8	5,95	25,34	170,19	312
	биточки рыбные	100	8,6	7	12,01	145	234
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ПР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
Итого за день			17,27	15,41	80,58	530,33	
День 9 Четверг	салат из свеклы отварной	60	0,85	3,61	4,95	55,68	52
	Каша вязкая гречневая	180/6	5,68	6,21	25,45	180,42	303
	Биточки паровые	100	11,99	10,1	9,9	179	281
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ПР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
	Соус красный основной	50	0,95	2,94	3,98	46,15	333
Итого за день			23,55	23,38	83,63	640,15	
День 10 Пятница	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей	250/25	7,53	13,27	8,13	191,55	88
	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72	15
	Хлеб белый	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	ПР
	Чай с лимоном	200/15/3	0,13	0,02	15,2	62	629
Итого за день			16,25	19,69	47,48	442,45	
Итого за			109,65	102,06	423,39	2945,07	

Согласовано с: Медсестра Бурцева /В.П. Бурцева/

Бухгалтер Емельянова /В.С. Емельянова/

Повар Енютина /И.А. Енютина/