

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю

Руководитель

учреждения

документов

А.А. Трофимова
(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"21" сентября 2023 г.

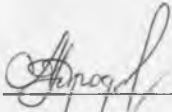
**Ежедневное меню основного питания
на 22 сентября 2023 года**

| Прожим. позиции | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | Капша гречневая | 210 | 210 | 203 | 203 |
| | Чай с сахаром | 200 | 200 | 58 | 58 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами | 80 | 80 | 189 | 189 |
| | Сыр порционный | 15 | 15 | 55 | 55 |
| Итого за завтрак: | | 505 | 505 | 504 | 504 |
| Обед | Суп рыбный из консервы | 200 | 250 | 134 | 168 |
| | Пюре картофельн. + Капуста тушеная | 200 | 200 | 234 | 234 |
| | Биточки из говядины | 100 | 100 | 228 | 228 |
| | Сок фруктовый | 200 | 200 | 85 | 85 |
| | Хлеб пш. | 40 | 40 | 95 | 95 |
| | Хлеб рж. | 20 | 20 | 43 | 43 |
| Итого за обед: | | | | | |
| Итого за день: | | 760 | 810 | 819 | 853 |
| | | 1265 | 1315 | 1323 | 1357 |



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю
Руководитель
учреждения


(подпись)

А.А.Трофимова
(расшифровка подписи)

"20" сентября 2023 г

**Ежедневное меню основного питания
на 21 сентября 2023 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|--|-------------|-------------|-------------------------|---------------|
| | | | | | |
| Завтрак | Каша манная | 210 | 210 | 197 | 197 |
| | Какао с молоком | 210 | 210 | 161,6 | 161,6 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами с маслом | 80 | 80 | 254,8 | 254,8 |
| | | | | | |
| Итого за завтрак: | | 500 | 500 | 613,42 | 613,42 |
| Обед | Суп – лапша домашняя, на курином бульоне | 200 | 250 | 118 | 139 |
| | Каша «Дружба» | 205 | 205 | 242 | 242 |
| | Котлета из курицы | 100 | 100 | 209 | 209 |
| | Напиток из шиповника | 200 | 200 | 75 | 75 |
| | Хлеб пш. | 30 | 30 | 71 | 71 |
| | Хлеб рж. | 20 | 20 | 43 | 43 |
| | | | | | |
| Итого за обед: | | 755 | 805 | 758 | 779 |
| Итого за день: | | 1255 | 1305 | 1371 | 1392 |

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю
 Руководитель
 учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"25" сентября 2023 г

**Ежедневное меню основного питания
 на 26 сентября 2023 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|--|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | | |
| Завтрак | Омлет натуральный с овощной добавкой | 220 | 220 | 446 | 446 |
| | Чай с лимоном | 210 | 210 | 62 | 62 |
| | Хлеб пш. с маслом | 80 | 80 | 255 | 255 |
| Итого за завтрак: | | 510 | 510 | 763 | 763 |
| Обед | Суп картофельный на курином бульоне с гречками | 220 | 275 | 190 | 229 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 180 | 230 | 276 |
| | Рыба тушеная в томатном соусе с овощами | 150 | 150 | 150 | 150 |
| | Напиток с витаминами «Витошка» | 200 | 200 | 90 | 90 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами | 30 | 30 | 71 | 71 |
| | Хлеб рж. - пшен. | 20 | 20 | 43 | 43 |
| Итого за обед: | | 770 | 855 | 774 | 859 |
| Итого за день: | | 1280 | 1365 | 1537 | 1622 |



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю

Руководитель
Документов
учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"22" сентября 2023 г

**Ежедневное меню основного питания
на 25 сентября 2023 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | | |
| Завтрак | Каша рисовая | 210 | 210 | 251 | 251 |
| | Чай с сахаром | 200 | 200 | 58 | 58 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами с сыром | 90 | 90 | 208 | 208 |
| Итого за завтрак: | | 500 | 500 | 517 | 517 |
| Обед | Свекольник со сметаной, с курой | 250 | 250 | 149 | 149 |
| | Голубцы ленивые с молочн. соусом | 180 | 180 | 245 | 245 |
| | Компот из с/ф | 200 | 200 | 94 | 94 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами | 50 | 50 | 118 | 118 |
| | Хлеб рж. - пшен. | 20 | 20 | 43 | 43 |
| Итого за обед: | | 700 | 700 | 649 | 649 |
| Итого за день: | | 1200 | 1200 | 1166 | 1166 |
| | | | | | |

МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю

Руководитель

учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"27" сентября 2023 г

**Ежедневное меню основного питания
на 28 сентября 2023 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|---|-------------|-------------|-------------------------|---------------|
| | | | | | |
| Завтрак | Пудинг из творога со сгущ. молоком | 220 | 220 | 246,4 | 246,4 |
| | Чай с сахаром | 200 | 200 | 58 | 58 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами | 80 | 80 | 188,8 | 188,8 |
| Итого за завтрак: | | 500 | 500 | 493,2 | 493,2 |
| Обед | Суп картофельн. с бобовыми на курином бульоне | 200 | 250 | 143 | 170 |
| | Жаркое домашнему | 200 | 200 | 220,8 | 220,8 |
| | Овощи порционные | 60 | 60 | 10 | 10 |
| | Кисель с витаминами «Витошка» | 200 | 200 | 90 | 90 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами | 30 | 30 | 70,8 | 70,8 |
| | Хлеб рж. | 20 | 20 | 43,2 | 43,2 |
| | Яблоко | 250 | 250 | 122,5 | 122,5 |
| Итого за обед: | | 960 | 1010 | 700,3 | 727,3 |
| Итого за день: | | 1460 | 1510 | 1193,5 | 1220,5 |

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю
 Руководитель
 учреждения

А.А. Трофимова
 (подпись)

А.А.Трофимова
 (расшифровка подписи)

"26" сентября 2023 г

**Ежедневное меню основного питания
 на 27 сентября 2023 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|-----------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | | |
| Завтрак | Макаронные изд. с сыром | 200 | 200 | 218 | 218 |
| | Какао | 200 | 200 | 154 | 154 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами | 60 | 60 | 142 | 142 |
| | Конд. изделие | 45 | 45 | 198 | 198 |
| Итого за завтрак: | | 505 | 505 | 712 | 712 |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 250 | 103 | 120 |
| | Плов с мясом | 180 | 180 | 257 | 257 |
| | Салат из свеклы | 60 | 90 | 56 | 84 |
| | Компот из с/ф и шиповника | 200 | 200 | 82 | 82 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами | 30 | 30 | 71 | 71 |
| | Хлеб рж. | 20 | 20 | 43 | 43 |
| | Булочка | 100 | 100 | 330 | 330 |
| Итого за обед: | | 790 | 870 | 942 | 987 |
| Итого за день: | | 1295 | 1375 | 1654 | 1699 |