

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю  
 Руководитель  
 учреждения

*(Handwritten signature)*  
 (подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"02" октября 2023 г.

**Ежедневное меню основного питания  
 на 03 октября 2023 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>500</b>	<b>493,2</b>	<b>493,2</b>
<b>Обед</b>	Суп из овощей со сметаной	200	250	133,7	158,36
	Пюре картофельное	180	200	165	183
	Рыба запеченая в мол.соусе	100	100	84	84
	Сок	200	200	85,34	85,34
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	70,8	70,8
	Хлеб рж.	20	20	43,2	43,2
	Яблоко	140	140	70,5	70,5
<b>Итого за обед:</b>		<b>870</b>	<b>940</b>	<b>652,5</b>	<b>695,2</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1370</b>	<b>1440</b>	<b>1145,7</b>	<b>1188,4</b>



**МКОУ АГО «Заринская СОШ»**

Утверждаю  
Руководитель  
учреждения

*А.А. Трофимова*  
(подпись)

**А.А.Трофимова**  
(расшифровка подписи)

"03" октября 2023 г.

**Ежедневное меню основного питания  
на 04 октября 2023 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>500</b>	<b>613,42</b>	<b>613,42</b>
<b>Обед</b>	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, с курой	250	250	194	194
	Рагу овощное с мясом	225	225	331	331
	Кисель «Витошка»	200	200	95	95
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
	Йогурт	100	100	85	85
<b>Итого за обед:</b>		<b>725</b>	<b>725</b>	<b>734</b>	<b>734</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1225</b>	<b>1225</b>	<b>1347,4</b>	<b>1347,4</b>

МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю  
 Руководитель  
 учреждения



А.А.Трофимова  
 (расшифровка подписи)

"05" октября 2023 г.

**Ежедневное меню основного питания  
 на 06 октября 2023 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Каша 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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>505</b>	<b>505</b>	<b>504</b>	<b>504</b>
<b>Обед</b>	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
<b>Итого за обед:</b>					
<b>Итого за день:</b>		<b>760</b>	<b>810</b>	<b>819</b>	<b>853</b>
		<b>1265</b>	<b>1315</b>	<b>1323</b>	<b>1357</b>

МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю

Руководитель

учреждения

*А.А. Трофимова*  
(подпись)

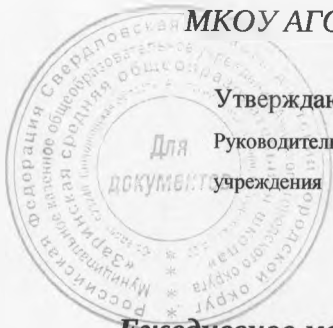
А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"04" октября 2023 г

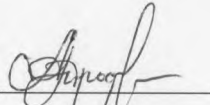
**Ежедневное меню основного питания  
на 05 октября 2023 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	150	150	268	268
	Салат из моркови	80	80	99	99
	Коф.напиток	200	200	93	93
	Хлеб пш. с маслом	80	80	255	255
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>510</b>	<b>510</b>	<b>715</b>	<b>715</b>
<b>Обед</b>	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
	Банан	100	100	95	95
<b>Итого за обед:</b>		<b>855</b>	<b>803</b>	<b>853</b>	<b>874</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1313</b>	<b>1363</b>	<b>1568</b>	<b>1589</b>



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю  
Руководитель  
учреждения

  
(подпись)

**А.А.Трофимова**  
(расшифровка подписи)

"09" октября 2023 г

**Ежедневное меню основного питания  
на 10 октября 2023 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный с овощной добавкой	220	220	446	446
	Чай с лимоном	210	210	62	62
	Хлеб пш. с маслом	80	80	255	255
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>510</b>	<b>510</b>	<b>763</b>	<b>763</b>
<b>Обед</b>	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
	Яблоко	140	140	71	71
<b>Итого за обед:</b>		<b>910</b>	<b>995</b>	<b>845</b>	<b>930</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1420</b>	<b>1505</b>	<b>1608</b>	<b>1693</b>

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю  
Руководитель  
учреждения

*[Handwritten Signature]*  
(подпись)

А.А.Трофимова  
(расшифровка подписи)

"06" октября 2023 г

**Ежедневное меню основного питания  
на 09 октября 2023 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая	205	205	165	165
	Чай с сахаром	200	200	58	58
	Хлеб пш. обогащ. витаминами с СЫРОМ	95	95	243,4	243,4
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>500</b>	<b>466,4</b>	<b>466,4</b>
<b>Обед</b>	Свекольник со сметаной, с курой	200	250	126	149
	Голубцы ленивые с молочн. соусом	180	180	245	245
	Компот из с/ф	200	200	94	94
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	50	71	118
	Хлеб рж. - пшен.	20	20	43	43
	Сырок творожный	100	100	151	151
<b>Итого за обед:</b>		<b>730</b>	<b>778</b>	<b>730</b>	<b>800</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1230</b>	<b>1378</b>	<b>1196</b>	<b>1341</b>