



**МКОУ АГО «Заринская СОШ»**

Для утверждения  
Руководитель  
учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова  
(расшифровка подписи)

"09" января 2024 г

**Ежедневное меню основного питания  
на 09 января 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный с овощной добавкой	220	220	327,5	327,5
	Чай с лимоном	210	210	62	62
	Хлеб пш. с маслом	80	80	254,8	254,8
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>510</b>	<b>510</b>	<b>644,3</b>	<b>644,3</b>
<b>Обед</b>	Суп картофельный на курином бульоне с гренками	220	275	190	229
	Каша гречневая рассыпчатая	150	180	230	276
	Биточки рыбные в томатном соусе	100	100	123,8	150
	Напиток с витаминами «Витошка»	200	200	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Хлеб рж. - пшен.	20	20	43	43
	Булочка	100	100	337	337
<b>Итого за обед:</b>		<b>1010</b>	<b>1095</b>	<b>1084,8</b>	<b>1169,8</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1520</b>	<b>1605</b>	<b>1729,1</b>	<b>1814,1</b>



**МКОУ АГО «Заринская СОШ»**

Утверждаю

Руководитель \_\_\_\_\_

учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"09"января 2024 г

**Ежедневное меню основного питания  
на 10 января 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Макаронные изд. с сыром	220	220	342	342
	Какао	210	210	162	162
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Конд. изделие	50	50	255	255
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>510</b>	<b>510</b>	<b>830</b>	<b>830</b>
<b>Обед</b>	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
	Йогурт	100	100	85	85
<b>Итого за обед:</b>		<b>790</b>	<b>870</b>	<b>697</b>	<b>742</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1295</b>	<b>1375</b>	<b>1527</b>	<b>1572</b>



**МКОУ АГО «Заринская СОШ»**

Утверждаю  
Руководитель  
учреждения

(подпись)

**А.А.Трофимова**

(расшифровка подписи)

"11"января 2023 г.

**Ежедневное меню основного питания  
на 12 января 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Каша пшениная	210	210	238	238
	Коф.напиток	210	210	98	98
	Хлеб пш. обогащ. витаминами с маслом	80	80	255	255
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>500</b>	<b>591</b>	<b>591</b>
<b>Обед</b>	Суп картоф. с м/изд с курой	200	250	119	140
	Салат «Витаминный»	100	100	187	187
	Пюре картофельное	150	200	137	165
	Ёжики в томатном соусе	100	100	204	204
	Сок	200	200	90	90
	Хлеб пш.	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
<b>Итого за обед:</b>		<b>810</b>	<b>900</b>	<b>851</b>	<b>857</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1310</b>	<b>1400</b>	<b>1442</b>	<b>1448</b>



**МКОУ АГО «Заринская СОШ»**

Утверждаю

Руководитель

учреждения

(подпись)

**А.А.Трофимова**

(расшифровка подписи)

"10" января 2023 г.

**Ежедневное меню основного питания  
на 11 января 2024 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 картофельн. с бобовыми на курином бульоне	200	250	143,2	170
	Жаркое домашнему	200	200	220,8	220,8
	Овощи порционные	60	60	8	8
	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
	Банан	100	100	95	95
<b>Итого за обед:</b>		<b>960</b>	<b>1010</b>	<b>671</b>	<b>697,8</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1460</b>	<b>1510</b>	<b>1164,2</b>	<b>1191</b>