

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю
Руководитель
учреждения (подпись)

А.А.Трофимова
(расшифровка подписи)

"29" января 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
на 30 января 2024 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 из овощей со сметаной	200	250	133,7	158,4
	Пюре картофельное	180	200	164,7	183
	Рыба запеченая в мол.соусе	100	100	84	84
	Сок	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	117,5	117,5
Итого за обед:		980	1050	703,9	746,9
Итого за день:		1480	1550	1197,1	1240,1

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

26 января 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
на 29 января 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Каша ассорти (рис-греча)	200	200	172	172
	Чай с лимоном	210	210	62	62
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	80	80	188,4	188,4
	Сыр порционный	15	15	55	55
Итого за завтрак:		505	505	477,4	477,4
Обед	Борщ со сметаной, с курой	200	250	117	138
	Рожки отварные	150	180	173	208
	Гуляш из мяса с томатным соусом	110	110	168	168
	Напиток «Витошка»	200	200	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
	Йогурт	100	100	85	85
Итого за обед:		810	880	747	803
Итого за день:		1315	1380	1224,4	1280,4



ИКОУ УДО «Заринская СОШ»

Утверждаю
Документов
Руководитель
учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"30" января 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
на 31 января 2024 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	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
	Банан	100	100	95	95
Итого за обед:		825	825	829	829
Итого за день:		1325	1325	1442,4	1442,4



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю
Документов
Руководитель
учреждения

А.А. Трофимова
(подпись)

А.А.Трофимова
(расшифровка подписи)

"31" января 2024 г

**Ежедневное меню основного питания
на 01 февраля 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Омлет натуральный	150	150	268	268
	Салат из моркови	80	80	99	99
	Коф.напиток	210	210	98	93
	Хлеб пш. с маслом	60	60	191	191
Итого за завтрак:		500	500	656	656
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
	Банан	100	100	95	95
Итого за обед:		855	905	853	874
Итого за день:		1355	1405	1509	1530