



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю

Руководитель

учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"04" марта 2024 г

**Ежедневное меню основного питания
на 05 марта 2024 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|--|-------------|-------------|-------------------------|---------------|
| | | | | | |
| Завтрак | 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 |
| Итого за завтрак: | | 510 | 510 | 644,3 | 644,3 |
| Обед | 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 |
| Итого за обед: | | 820 | 905 | 1084,8 | 1169,8 |
| Итого за день: | | 1330 | 1415 | 1729,1 | 1814,1 |



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю
Руководитель
учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова
(расшифровка подписи)

"01" марта 2024 г

**Ежесдневное меню основного питания
на 04 марта 2024 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|---------------|
| | | | | | |
| Завтрак | Каша рисовая | 210 | 210 | 197 | 197 |
| | Чай с сахаром | 200 | 200 | 58 | 58 |
| | Хлеб пш. обогащ. витаминами с сыром | 95 | 95 | 243,4 | 243,4 |
| Итого за завтрак: | | 505 | 500 | 498,4 | 498,4 |
| Обед | 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 | |
| Итого за обед: | | 730 | 778 | 730 | 800 |
| Итого за день: | | 1235 | 1378 | 1228,4 | 1298,4 |

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"06"марта 2024 г

**Ежедневное меню основного питания
на 07 марта 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 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 |
| | Фрукт | 150 | 150 | 142,5 | 95 |
| Итого за обед: | | 860 | 910 | 718,5 | 745,3 |
| Итого за день: | | 1360 | 1410 | 1211,7 | 1238,5 |

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



А.А. Трофимова
 (подпись)

А.А.Трофимова
 (расшифровка подписи)

"05" марта 2024 г

**Ежедневное меню основного питания
 на 06 марта 2024 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|-----------------------|-----------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|------------|
| | | | | | |
| Завтрак | 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 |
| | Итого за завтрак: | 510 | 510 | 830 | 830 |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 250 | 120 | 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 |
| Итого за обед: | 840 | 870 | 714 | 742 | |
| Итого за день: | 1350 | 1375 | 1544 | 1572 | |

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю
Руководитель
учреждения

(Handwritten signature)
(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"07"марта 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
на 11 марта 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 |
| Итого за завтрак: | Сыр порционный | 15 | 15 | 55 | 55 |
| Обед | | 505 | 505 | 477,4 | 477,4 |
| | 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 | 890 | 747 | 803 |
| Итого за день: | | 1315 | 1395 | 1224,4 | 1280,4 |



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю
Руководитель
учреждения

А.А. Трофимова
(подпись)

А.А. Трофимова
(расшифровка подписи)

"11" марта 2024 г.

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

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|--------------------------|------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|---------------|
| | | | | | |
| Завтрак | Пудинг из творога со стущ. 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 | 250 | 250 | 158,4 | 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: | | 1030 | 1050 | 728,6 | 746,9 |
| Итого за день: | | 1530 | 1550 | 1221,8 | 1240,1 |