



Согласовано :
Директор МБОУ Кутейниковской казачьей
СОШ №3
Ерин А.В.



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
ПЕТР
АЛЕКСАНДРОВИЧ
ШКУРОПАТОВ ПА

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации бесплатного горячего питания обучающихся льготных категорий 5-11 классов

НА 2024-2025 год

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ДЕНЬ 1						
Рагу из птицы	150	11,85	9,23	18,23	217,3	Могильный 2017год №289
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год
Чай с сахаром	200	0,1	0	8,91	36,3	Могильный 2017год №376

Итого за первый день	400	15,75	9,63	51,44	372,6	
----------------------	-----	-------	------	-------	-------	--

ДЕНЬ 2

Суп картофельный гороховый	250	5,49	5,27	16,54	148,25	Могильный 2017год №102
Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,44	0,02	27,77	113	Могильный 2017год №349
Вафли	60	2,04	18,12	38,82	323,4	Могильный 2017год
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год

Итого за второй день	560	11,77	23,81	107,43	703,65	
----------------------	-----	-------	-------	--------	--------	--

ДЕНЬ 3

Суп молочный макаронный	250	5,47	2,85	10,77	150	Могильный 2017год №120
Бутерброд с маслом	40/10	3,12	7,57	19,57	161,3	Могильный 2017год №1
Кофейный напиток	200	0	0	20	75,8	Могильный 2017год №381

Итого за третий день	500	8,59	10,42	50,34	387,1	
----------------------	-----	------	-------	-------	-------	--

ДЕНЬ 4

Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,9	89,75	Могильный 2017год №88
Компот из сухофруктов с витамином"С"	200	0,44	0,02	27,77	113	Могильный 2017год №349
Печенье	30	2,25	3,54	22,32	130,8	Могильный 2017год
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год

Итого за четвертый день	530	8,26	8,91	82,29	452,55	
-------------------------	-----	------	------	-------	--------	--

ДЕНЬ 5

Яйцо отварное 1шт	40	5,12	4,6	0,28	63	Могильный 2017год №209
Икра кабачковая	30	0,6	2,7	2,55	36,6	А.И.Здобнов
Кофейный напиток	200	0,2	0	9,75	39,8	Могильный 2017год №381
Пряник	60	2,04	18,12	38,82	323,4	Могильный 2017год
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год

Итого за пятый день	380	11,56	25,82	85,95	617,8	
---------------------	-----	-------	-------	-------	-------	--

ДЕНЬ 6

Суп "Крестьянский"с куриным мясом	250/15	5,99	7,54	15,53	148,28	Могильный 2017год №98
Чай с сахаром	200	0,1	0	8,91	36,3	Могильный 2017год №376
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год

Итого за шестой день	515	9,89	7,94	48,74	303,58	
----------------------	-----	------	------	-------	--------	--

ДЕНЬ 7

Сосиска куриная отварная	60	5,55	15,55	0,25	123,69	Могильный 2017год №243
Картофельное пюре	150	3,27	3,99	22,18	138,18	Могильный 2017год №312
Чай с лимоном	200	0,14	0	9,03	37,32	Могильный 2017год №373
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год

Итого за седьмой день	455	12,76	19,94	55,76	418,19	
-----------------------	-----	-------	-------	-------	--------	--

ДЕНЬ 8

Суп "Харчо" с мясом птицы	250/13	4,97	6,19	21,3	152,84	Могильный 2005год №101
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год
Сок фруктовый	200	0,6	0	37	144	Могильный 2017год №389

Итого за восьмой день	513	9,37	6,59	82,6	415,84	
-----------------------	-----	------	------	------	--------	--

ДЕНЬ 9

Суп картофельный	250	2,8	3	20,5	121	Могильный 2017год №97
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год
Чай с сахаром	200	0,1	0	8,91	36,03	Могильный 2017год №376

Итого за девятый день	500	6,7	3,04	53,71	276,03	
-----------------------	-----	-----	------	-------	--------	--

ДЕНЬ 10

Сосиска отварная	60	5,55	15,55	0,25	123,69	Могильный 2017год №243
Макароньы отварные с овощами	150	49,58	1,18	33,12	145,03	Здобнов 2005год №47
Чай с сахаром	200	0,1	0	8,91	36,03	№376 Могильны й 2017год
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	Могильный 2017год

Итого за десятый день	460	59,03	17,13	66,58	423,75	
Среднее значение за период	481,3	15,368	13,323	68,484	437,109	