

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение

«Домбаровская средняя общеобразовательная школа № 1



Утверждаю

Директор МОАУ ДСОШ №1

О.С.Киреева

ОСНОВНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12-18 лет

Срок действия меню: с 01.09.2023г.по 31.05.2024г.

			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0		0
2	1	Итого за день:				440	10,4	9,6	60,2	373,7		18,3
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая		180	9,9	7,6	43,1	280,4	54-4г	7
			гор.блюдо	Соус красный оснавной		50	1,6	1,2	4,5	35,3	54-3соус	2
			гор.напиток	Кисель из вишни		200	0,2	0	12,9	52,9	54-22хн	6
			хлеб	Хлеб пшеничный		40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.	2,89
			фрукты									
			<i>итого</i>				470	14,7	9,1	80,2	462,4	
2	2	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
			<i>итого</i>				0	0	0	0	0	
2	2	Итого за день:				470	14,7	9,1	80,2	462,4		17,89
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Плов с курицей		200	27,2	8,1	33,2	314,6	54-12м	14
			закуска									
			гор.напиток	Чай с сахаром		200	0,3	0	7,4	30,9	54-11гн	8
			хлеб	Хлеб пшеничный		40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.	5,00
			фрукты									
			хлеб									
			<i>итого</i>				440	30,5	8,4	60,3	439,3	

2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	3	Итого за день:		440	30,5	8,4	60,3	439,3		27	
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Борщ	200	4,5	3,5	7,5	78,3	54-22с	12
			гор.блюдо								
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн	8
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.	1,30
			фрукты								
				Батон	30	2,4	0,3	14,7	71,2	Пром.	1,3
			<i>итого</i>		470	13,8	7	53,1	329,3		22,6
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:		470	13,8	7	53,1	329,3		22,6	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Капуста тушеная	250	22	22	13,3	339,9	54-10м	10
			гор.напиток	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4	54-13хн	6
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.	1,30
			фрукты								
			хлеб	Батон	30	2,4	0,3	14,7	71,2	Пром.	1,3

			<i>итого</i>		520	28	22,8	62,8	570,3		18,6
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:			520	28	22,8	62,8	570,3		18,6
		Среднее значение за период:			460	18,29	8,87	60,91	391,43		19,289