

Утверждаю:
Директор МОУ «СОШ № 3»
п. Ставропольский
Благодарненского городского
округа Ставропольского края



Бельдиева А.Г.

05.08.2024

Примерное
Десятидневное меню
для организации горячего обеда
учащихся 5-9 классов общеобразовательных школ
за счет средств бюджета (СВО)
на 2024-2025 год.

П. Ставропольский

День: пятница

Неселя: вторник

Сезон: осень - зима

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Капустя тушеная	1/60	1,19	2,23	5,14	47,4	33,48	11,82	24,06	0,45	0,02	0,024	0,41	9,8	132	2011
Пюре карто-брюдер тушеный в соусе	90/80	13,67	21,17	11,9	292,92	41,78	37,97	157,64	1,99	0,15	0,18	6,1	8,68	849	2016
Крестьянское основное	1/180	4,34	5,7	42,97	250,56	11,45	30,93	93,04	0,62	0,04	0,02	0,86	0	892	2016
Рис припущенный														376	2011
Компот из свежих фруктов	200	6,44	0	27,08	113	31,8	6	15,4	1,24	0,002	0,006	0,14	0,4	0	2016
Витаминизированный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,6	11,5	16,5	43,5	1	0,08	0,03	8	0	1	2016
Хлеб пшеничный 1 сорт	1/30	1,98	0,4	0,36	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0,02	0,21	0	0	2005
Хлеб ржаной	1/200	1,6	1,6	29,2	184	16	84	56	1,2	0,08	0,1	1,2	20	368	2005
Банан															
Итого:	760	25,98	29,37	100,4	1009,28	123,03	189,5	412,98	7,22	0,402	0,356	16,51	29,08		

Сезон: лето - зима

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

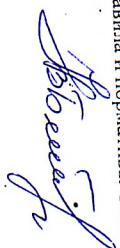
Овощи свежие соевые (помидоры) в нарезке	60	0,5	0	3,08	42,24	13,79	5,52	10,92	0,28	0,02	0,02	0,03	6,9	71	2005
Жаркое по-домашнему	90/290	19,49	11,99	32,37	315	43,95	70,99	284,33	7,2	0,28	0,28	5,6	13,54	393	2005
Чай с лимоном	200/15/7	0,26	0,06	15,2	62	17,38	5,24	9,78	0,91	0	0	0,03	8	0	2016
Хлеб пшеничный 1 сорт	1/50	3,95	0,5	24,15	116,6	11,5	16,5	43,5	1	0,08	0,03	8	0	1	2016
Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,4	0,36	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0,02	0,21	0	0	2016
Конфета вафельная	1/30														
Итого:	650	25,68	12,95	72,08	545,8	83,33	106,8	385,01	10,28	0,41	0,33	13,84	16,37		
Среднее значение за весь период:		214,01	202,21	874,94	5759,70	1224,03	1347,08	3374,43	75,97	5,15	2,56	126,36	276,90		
Средняя стоимость дня:		88,66													

Химический состав:

Белки-21,4 гр.
Жиры-20,2 гр.
Углеводы 87,5 гр.

Энергетическая ценность-575,9 ккал.

Основание: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3/2.4.3590-20
Меню подготовки:
Инженер-технолог МУ "ВЛ 000"



Н. В. Бельх