

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ СОШ №5 имени Героя

Советского Союза А.В.Зацепина



С.В.Чернов

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

и пищевая ценность приготавливаемых блюд

школьных обедов для обучающихся 5-11 кл.(родительские средства)

общеобразовательных организаций Александровского

муниципального округа Ставропольского края

на 2024-2025 учебный год

Надежда: первая

[illegible]

I cмeнa

Завтрак

[illegible]

II смена

Обед

[illegible]

I мена

1. С/ВНЕС																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
Завтрак																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														

II смена

Итого:														
Обед														
70	Помидор	100	1,32	0,24	4,56	26,4	0,02	21	0	0,06	16,8	25,2	24	1,08
84	Борщ с фасолью	250	3,56	5,12	14,17	127,75	0,1	6,7	0	3,1	54,18	99,5	34,45	1,73
278	Тедгели мясные в соусе сметана с томатом	100/50	7,1	6,97	9,28	136,77	0,05	0,66	30,72	0,02	25,33	80,05	16,61	0,78
202	Макароны отварные с маслом	180/5	6,56	6,96	31,69	235,09	0,07	0	34,32	0	14,59	45,13	9,79	0,98
349	Кисель из сухофруктов	200	0,67	0,09	32,02	132,8	0,02	0,73	0	0,01	32,48	23,44	17,46	0,7
1	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,4	19,76	90,68	0,04	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
	Хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
	Итого:	940	23,41	19,8	119,32	787,09	3,9	29,09	65,04	11,19	176,98	316,8	112,83	5,91

Неделя: Вторая

6

Имена

Завтрак

[illegible]

II смена

Обед

Итого:														
83	Суп картофельный с крупной и томатом	250	3,25	3	25	134								
295	Биточки рыбные	100	8,15	6,72	11,28	138,75	0,05	0,21	15,87	3,75	37,41	110,84	25,88	0,54
310	Картофель отварной с маслом	180/5	3,43	5,18	27,6	170,73	0,19	25,19	0	0,014	17,56	95,62	35,17	1,39
330	Соус сметанный	50	1,3	3	1,6	23,4								
349	Кисель из сухофруктов	200	0,67	0,09	32,02	132,8	0,02	0,73	0	0,01	32,48	23,44	17,46	0,7
1	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,4	19,76	90,68	0,04	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
	Хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
	Итого:	840	21	18,41	125,1	727,96	3,9	26,13	15,87	11,774	121,05	273,38	89,03	3,27

Имена

[illegible]

II смена

II смена														
Обед														
70	Помидор	100	1,32	0,24	4,56	26,4	0,02	21	0	0,06	16,8	25,2	24	1,08
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,77	4,95	7,91	89,75	0,06	15,78	0	0,05	49,25	49	22,13	0,83
278	Тедфелли мясные в соусе сметана с томатом	100/50	7,1	6,97	9,28	136,77	0,05	0,66	30,72	0,02	25,33	80,05	16,61	0,78
310	Каша пшеничная расепл. С маслом	180/5	10,32	7,3	46,35	292,35	0,25	0	0	0,01	17,78	244,6	162,96	5,47
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
1	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,4	19,76	90,68	0,04	0	0	8	26	12,28	0,72	0,12
	Хлеб ржаной	20	1,12	0,02	7,84	37,6	3,6	0	0	0	7,6	31,2	9,8	0,52
	Итого:	940	24,78	19,9	110,7	733,55	4,02	37,47	30,72	8,14	153,86	445,13	237,62	9,08

I смена

Завтрак

[illegible]

II смена

Объед

[illegible]

10 День

I мена

Завтрак[illegible]

II смена

Обед

[illegible]