

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ - Теренгульская СОШ
 /А.П. Мартыновский /
 (личная подпись, фамилия, инициалы)
 Приказ от 31.07.2023г. № 137



МЕНЮ
 для столовой в МБОУ –Теренгульской СОШ
 для обучающихся 1-4 классов, имеющих право на бесплатное питание

22 апреля 2024г							
Наименование блюд и продуктов				Химический состав			
	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	
Горячий завтрак 7-день							
Каша гречневая рассыпчатая	150	10,10	233,7	8,2	6,3	35,9	
Тефтели п/ф	80	24,80	134,3	9,8	8	5,8	
Соус красный основной	25	2,82	17,7	0,8	0,6	2,2	
Компот из кураги	200	10,05	66,9	1	0,1	15,6	
Хлеб пшеничный	40	2,80	93,8	3,04	0,32	19,68	
Хлеб ржаной	20	1,76	34,2	1,3	0,2	6,7	
Итого за завтрак	515	52,33	580,6	24,1	15,5	85,9	
23 апреля 2024г							
Наименование блюд и продуктов				Химический состав			
	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	
Горячий завтрак 8-день							
Картофельное пюре	150	7,19	139,4	3,1	5,3	19,8	
Котлеты Домашние п/ф	100	32,00	174,9	12,9	10,2	7,8	

	Соус белый основной	25	2,75	15,6	0,7	0,9	1,1
	Какао с молоком сгущенным	200	16,20	133,4	3,5	3,4	22,3
	Хлеб пшеничный	30	2,10	70,3	2,3	0,2	14,8
	Хлеб ржаной	20	1,76	34,2	1,3	0,2	6,7
	Итого за Завтрак	525	62,00	567,8	23,8	20,2	72,5

24 апреля 2024г

	Наименование блюд и продуктов				Химический состав		
		Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	Горячий завтрак 9-день						
	Пудинг из творога с яблоками	150	54,99	250,4	22,9	10,8	15,4
	Кофейный напиток с молоком	200	11,60	86	3,9	2,9	11,2
	Хлеб пшеничный	30	2,10	70,3	2,3	0,2	14,8
	Банан	180	28,80	170,1	2,7	0,9	37,8
	Итого за Завтрак	560	97,49	576,8	31,8	14,8	79,2

25 апреля 2024г

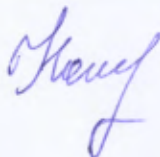
	Наименование блюд и продуктов				Химический состав		
		Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	Горячий завтрак 10-день						
	Запеканка картофельная с говядиной	200	66,55	408,6	23,6	23,2	26,5
	Чай с лимоном и сахаром	200	3,09	27,9	0,2	0,1	6,6
	Хлеб пшеничный	20	1,40	46,9	1,5	0,2	9,8
	Апельсин	200	44,00	75,6	1,8	0,4	16,2
	Итого за Завтрак	620	115,04	559	27,1	23,9	59,1

26 апреля 2024г

Наименование блюд и продуктов				Химический состав		
	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Горячий завтрак 11-день						
Каша перловая рассыпчатая	200	9,92	249,5	5,9	7,02	40,67
Голубцы ленивые	120	25,94	156,7	10,8	8,1	10,2
Соус красный основной	25	2,44	17,7	0,8	0,6	2,2
Какао с молоком	200	16,40	100,4	4,7	3,5	12,5
Хлеб пшеничный	30	2,10	70,3	2,3	0,2	14,8
Хлеб ржаной	30	2,64	51,2	2	0,4	10
Итого за Завтрак	605	59,44	645,8	26,5	19,8	90,4

27 апреля 2024г

Наименование блюд и продуктов				Химический состав		
	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Горячий завтрак 12-день						
Сыр твердых сортов в нарезке	30	18,60	107,5	7	8,9	0
Каша жидкая молочная рисовая	200	16,12	184,5	5,3	5,4	28,7
Компот из смеси сухофруктов	200	5,19	81	0,5	0	19,8
Хлеб пшеничный	50	3,50	117,2	3,8	0,4	24,6
Мандарин	100	23,00	35	0,8	0,2	7,5
Итого за Завтрак	580	66,41	525,2	17,4	14,9	80,6

Составил завхоз:  Кошелева Я.Н.