

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ - Теренгульская СОШ
 /Варганов Р.В. /
 (личная подпись, фамилия, инициалы)

Приказ от 09.01.2025 г №5

Меню

для столовой в МБОУ –Теренгульской СОШ
 для обучающихся 5-11 классов, имеющих право на льготное питание
 (обучающиеся из многодетных и малоимущих семей) и детей, питающихся за
 родительскую плату

| 03 февраля 2025г | | | | | | | |
|--------------------------------|------------------------|---------------|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--|
| Наименование блюд и продуктов | Химический состав | | | | | | |
| Горячий завтрак 1-день | Вых од блю да | Цена | Энергети ческая ценность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Плов с курицей | 250 | 70,55 | 393,3 | 34 | 10,1 | 41,5 | |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 2,92 | 27,9 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,10 | 58,6 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | |
| Мандарин | 100 | 26 | 35 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,14 | 34,2 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | |
| Итого за завтрак | 595 | 103,71 | 549 | 38,2 | 10,8 | 74,6 | |
| 04 февраля 2025г | | | | | | | |
| Наименование блюд и продуктов | Химический состав | | | | | | |
| Горячий завтрак 2-день | Выход блюда | Цена | Энергети ческая ценность | Белки | Жиры | Углево ды | |
| Огурец в нарезке | 60 | 30 | 8,5 | 0,5 | 0,1 | 1,5 | |
| Картофельное пюре | 200 | 4,29 | 185,8 | 4,1 | 7,1 | 26,4 | |
| Котлеты Домашние | 90 | 20,07 | 157,4 | 11,6 | 9,2 | 7 | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 6,25 | 81 | 0,5 | 0 | 19,8 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,36 | 93,8 | 3 | 0,3 | 19,7 | |
| Итого за завтрак | 590 | 63,97 | 573 | 21,8 | 20,5 | 75,4 | |

05 февраля 2025г

| Наименование блюд и продуктов | Химический состав | | | | | |
|-----------------------------------|-------------------|--------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|
| | Выход блюда | Цена | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Горячий завтрак 3-день | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 250 | 10,22 | 389,5 | 13,7 | 10,6 | 59,9 |
| Тефтели Натуральные | 65 | 17,25 | 125,9 | 9,2 | 7,5 | 5,4 |
| Соус красный основной | 40 | 1,46 | 28,2 | 1,3 | 1 | 3,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,32 | 26,8 | 0,2 | 0 | 6,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,36 | 93,8 | 3 | 0,3 | 19,7 |
| Йогурт | 100 | 37 | 58,1 | 3,4 | 2,5 | 5,5 |
| Итого за завтрак | 705 | 70,61 | 722,3 | 30,8 | 21,9 | 100,5 |

06 февраля 2025г

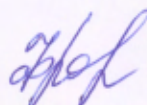
| Наименование блюд и продуктов | Химический состав | | | | | |
|-----------------------------------|-------------------|--------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|
| | Выход блюда | Цена | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Горячий завтрак 4-день | | | | | | |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 18 | 107,5 | 7 | 8,9 | 0 |
| Каша жидкая молочная манная | 200 | 12,96 | 174,2 | 5,3 | 5,7 | 25,3 |
| Сок абрикосовый | 200 | 15 | 105,6 | 1 | 0 | 25,4 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,20 | 117,2 | 3,8 | 0,4 | 24,6 |
| Яблоко | 100 | 22,50 | 44,4 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| Итого за завтрак | 580 | 72,66 | 548,9 | 17,5 | 15,4 | 85,1 |

07 февраля 2025г

| Наименование блюд и продуктов | Химический состав | | | | | |
|-----------------------------------|-------------------|-------|-------------------------|-------|------|----------|
| | Выход блюда | Цена | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Горячий завтрак 5-день | | | | | | |
| Жаркое по-домашнему из курицы | 250 | 63,78 | 282 | 31 | 7,8 | 22 |

| | | | | | | |
|-------------------------|------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|
| Кофейный напиток | 200 | 11,85 | 86 | 3,9 | 2,9 | 11,2 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,14 | 34,2 | 1,3 | 0,2 | 6,7 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 4,20 | 70,3 | 2,3 | 0,2 | 14,8 |
| Апельсин | 100 | 29,00 | 37,8 | 0,90 | 0,20 | 8,1 |
| Итого за завтрак | 580 | 110,97 | 594 | 21,8 | 25,8 | 68,8 |

Составил завхоз:

 Фролова С.Я.