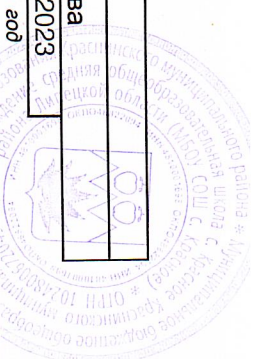


Школа МБОУ СОШ с. Красное Липецкой области  
**Меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория от 12 лет и старше

Утвердил: должность **Директор МБОУ СОШ**  
 фамилия **О.В. Рыглова**  
 дата **11** **11** **2023**  
 день **13** месяц **11** год **2023**



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена			
1	1	Обед	закуска	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	№13	6,22			
			1 блюдо	Суп картофельный пшеничный с рыбой	250	5,61	6,4	14,34	147,00	№87	17,58			
			2 блюдо	Гуляш говяжий	90	10,8	10,32	5,74	203,00	№591	39,38			
			гарнир	Макаронны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,00	№688	7,65			
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	22,3	110,00	№859	5,49			
			хлеб бел.											
			хлеб черн.	Хлеб	50	4,25	1,65	26,15	120,00	ПР	3,68			
				Сок	200							25,00		
				Батончик	50							17,50		
				<b>итого</b>	<b>830</b>	<b>27,94</b>	<b>27,64</b>	<b>101,69</b>	<b>822,38</b>			<b>122,50</b>		
			1	2	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров	60	0,68	3,71	2,83	47,46	№14	5,60
						1 блюдо	Борщ с курицей	250	1,81	4,91	25,25	102,50	№170	25,50
2 блюдо	Голень запеченная	90				16,65	12,58	4,70	221,00	№301	17,14			
гарнир	Пюре картофельное	180				3,67	5,76	24,53	164,70	№694	10,88			
напиток	Напиток из сока	200				0,60	0,00	25,42	87,60	№349	17,20			
хлеб бел.														
хлеб черн.	Хлеб	50				3,30	0,35	24,83	120,00	ПР	3,68			
	Сок	200									25,00			
	Батончик	50									17,50			
	<b>итого</b>	<b>830</b>				<b>26,71</b>	<b>27,31</b>	<b>107,56</b>	<b>743,26</b>			<b>122,50</b>		
1	3	Обед				закуска	Салат из свежей капусты с кукурузой	60	1,73	3,71	4,82	59,58	№12	8,15





2	4	Обед	2 блюдо	Котлеты из говядины	90	12,44	9,24	12,56	194,00	№608	33,40
			гарнир	Макаронны отварные с соусом	180	6,62	5,42	31,73	202,14	№417	11,26
			Напиток	Чай с сахаром	200	0,20		14,00	28,00	№943	2,36
			Хлеб бел.								
			Хлеб черн.	Хлеб	50	3,30	0,35	24,83	120,00	ПП	3,68
				Сок	200						25,00
				Батончик	50						17,50
				<b>итого</b>	<b>830</b>	<b>25,12</b>	<b>23,77</b>	<b>101,14</b>	<b>705,27</b>		<b>122,50</b>
			закуска	Салат из свежклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	№33	2,96
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с курицей	250	1,75	4,89	34,49	235,75	№187	19,06
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему	240	20,53	14,47	21,95	265,00	№436	51,94
			гарнир								
			Напиток	Чай с сахаром	200	0,20		14,00	28,00	№943	2,36
Хлеб бел.											
Хлеб черн.	Хлеб	50	3,30	0,35	24,83	120,00	ПП	3,68			
	Сок	200						25,00			
	Батончик	50						17,50			
	<b>итого</b>	<b>800</b>	<b>26,64</b>	<b>23,36</b>	<b>100,29</b>	<b>705,09</b>		<b>122,50</b>			
2	5	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров	60	0,68	3,71	2,83	47,46	№14	5,60
			1 блюдо	Суп картофельный гороховый с курицей	250	1,99	4,34	11,53	108,28	№201	16,16
			2 блюдо	Плов из мяса говядины	240	20,38	19,25	44,61	411,25	№304	49,26
			гарнир								
			Напиток	Кисель	200	0,20	0,00	32,60	132,60	№874	5,16
			Хлеб бел.	Хлеб	50	3,30	0,35	24,83	120,00	ПП	3,82
			Хлеб черн.								
	Сок	1000						86,00			

