

Директор школы

Утверждаю  
Квачева Г.И.  
2021 г.

**Ежедневное меню горячего питания  
обучающихся 5-11 классов МОКУ «Партизанская СОШ»  
с 19-23 апреля 2021 г.  
на 2020-2021 уч. год.**

| Наименование блюд                                        | Выход, гр.,<br>мл. | Химический состав |              |              | Калорийность,<br>ккал. |
|----------------------------------------------------------|--------------------|-------------------|--------------|--------------|------------------------|
|                                                          |                    | белки,<br>гр.     | жиры,<br>гр. | Углевод<br>ы |                        |
| 19 апреля 2021г.                                         |                    |                   |              |              |                        |
| Горячий обед                                             |                    |                   |              |              |                        |
| Салат из свеклы                                          | 100                | 1,43              | 6,08         | 8,37         | 93,90                  |
| Рассольник петербургский                                 | 250                | 2                 | 5,11         | 16,93        | 121,75                 |
| Рыба тушеная в томатном соусе                            | 100/30             | 18,03             | 10,21        | 8,49         | 195,00                 |
| гарнир: пюре картофельное                                | 180                | 3,67              | 5,76         | 24,54        | 164,70                 |
| Компот из смеси сухофруктов                              | 200                | 0,04              | 0,00         | 24,76        | 94,20                  |
| Хлеб пшеничный                                           | 30                 | 2,46              | 0,42         | 0,39         | 58,5                   |
| Хлеб ржано-пшеничный                                     | 20                 | 1,32              | 0,24         | 0,24         | 36,2                   |
| Итого за день:                                           | 880                | 28,95             | 27,82        | 83,72        | 764,25                 |
| 20 апреля 2021г.                                         |                    |                   |              |              |                        |
| Горячий обед                                             |                    |                   |              |              |                        |
| Салат из огурцов                                         | 100                | 0,87              | 5,12         | 2,62         | 59,80                  |
| Суп картофельный с бобовыми на овощном бульоне           | 250                | 5,49              | 5,28         | 16,33        | 134,75                 |
| Плов из птицы                                            | 260                | 25,38             | 21,25        | 44,61        | 471,25                 |
| Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах | 200                | 0                 | 0            | 28,0         | 119,0                  |
| Хлеб пшеничный                                           | 30                 | 2,46              | 0,42         | 0,39         | 58,5                   |
| Хлеб ржано-пшеничный                                     | 20                 | 1,32              | 0,24         | 0,24         | 36,2                   |
| Итого за день:                                           | 860                | 35,52             | 32,31        | 92,19        | 879,5                  |
| 21 апреля 2021г.                                         |                    |                   |              |              |                        |
| Горячий обед                                             |                    |                   |              |              |                        |
| Салат из моркови с яблоками                              | 100                | 1,08              | 0,18         | 16,95        | 67,33                  |
| Борщ с капустой и картофелем                             | 250                | 1,81              | 4,91         | 12,53        | 102,50                 |
| Котлеты                                                  | 100                | 14,3              | 11,55        | 15,7         | 228,75                 |
| гарнир: макароны отварные                                | 180                | 6,62              | 5,42         | 31,73        | 202,14                 |
| соус красный основной                                    | 30                 | 0,23              | 0,67         | 1,82         | 14,20                  |
| Какао с молоком                                          | 200                | 3,6               | 2,7          | 13,8         | 93,00                  |
| Хлеб пшеничный                                           | 30                 | 2,46              | 0,42         | 0,39         | 58,5                   |
| Хлеб ржано-пшеничный                                     | 20                 | 1,32              | 0,24         | 0,24         | 36,2                   |
| Итого за день:                                           | 880                | 31,42             | 26,09        | 93,16        | 802,62                 |
| 22 апреля 2021г.                                         |                    |                   |              |              |                        |
| Горячий обед                                             |                    |                   |              |              |                        |
| Салат витаминный                                         | 100                | 8,22              | 6,8          | 24,73        | 74,80                  |
| Суп картофельный с клецками                              | 250                | 6,74              | 6,76         | 22,24        | 159,50                 |
| Жаркое по-домашнему                                      | 260                | 39,57             | 10,73        | 45,92        | 380,92                 |
| Чай с лимоном                                            | 200                | 0,13              | 0,02         | 15,2         | 62,0                   |
| Хлеб пшеничный                                           | 30                 | 2,46              | 0,42         | 0,39         | 58,5                   |
| Хлеб ржано-пшеничный                                     | 20                 | 1,32              | 0,24         | 0,24         | 36,2                   |
| Итого за день:                                           | 860                | 58,44             | 24,97        | 108,72       | 771,92                 |
| 23 апреля 2021г.                                         |                    |                   |              |              |                        |
| Горячий обед                                             |                    |                   |              |              |                        |
| Винегрет овощной                                         | 100                | 1,37              | 6,18         | 8,43         | 94,80                  |
| Суп картофельный с крупой                                | 250                | 5,82              | 8,53         | 6,35         | 127,34                 |
| Сельдь слабосоленая                                      | 50                 | 9,12              | 6,43         | 0            | 93,57                  |
| гарнир: пюре картофельное                                | 180                | 3,67              | 5,76         | 24,54        | 164,70                 |
| соус красный основной                                    | 30                 | 0,23              | 0,67         | 1,82         | 14,20                  |
| Компот из смеси сухофруктов                              | 200                | 0,04              | 0,00         | 24,76        | 94,20                  |
| Хлеб пшеничный                                           | 30                 | 2,46              | 0,42         | 0,39         | 58,5                   |
| Хлеб ржано-пшеничный                                     | 20                 | 1,32              | 0,24         | 0,24         | 36,2                   |
| Итого за день:                                           | 860                | 24,03             | 28,23        | 66,53        | 683,51                 |