

Директор школы

Утверждаю
Квачева Г.И.
2021 г.

**Ежедневное меню горячего питания
обучающихся 5-11 классов МОКУ «Партизанская СОШ»
с 11-14 мая 2021 г.
на 2020-2021 уч. год.**



Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Угледо в ы	Калорийност ь, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
11 мая 2021г.(вторник)					
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
12 мая 2021г. (среда)					
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
13 мая 2021г. (четверг)					
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
14 мая 2021г. (пятница)					
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