



Утверждаю
Квачева Г.И.
2021г.

**Ежедневное меню горячего питания
обучающихся 5-11 классов МОКУ «Партизанская СОШ»
с 26-30 апреля 2021г.
на 2020-2021 уч. год.**

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углеводы	Калорийность, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
26 апреля 2021г. (понедельник)					
Горячий обед					
Салат из соленых огурцов с луком	100	0,87	5,12	2,62	59,80
Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	4,91	12,53	102,50
Плов из птицы	260	25,38	21,25	44,61	471,25
\Сок фруктовый	200	1,0	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого за день:	860	32,84	31,94	80,59	813,05
27 апреля 2021г. (вторник)					
Горячий обед					
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,67	4,18	8,18	77,10
Рассольник петербургский	250	2,00	5,11	16,93	121,75
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	20,51	22,81	76,86	660,22
28 апреля 2021г. (среда)					
Горячий обед					
Салат из капусты с морковью	60	0,85	3,05	5,41	52,44
Суп картофельный с клецками	250	6,74	6,76	22,24	159,50
Азу (говядина);	210	19,53	25,83	15,33	372,96
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
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:	770	31,1	36,3	57,61	707,6
29 апреля 2021г.(четверг)					
Горячий обед					
Салат из моркови с яблоками	60	0,65	0,11	10,17	40,40
Суп картофельный с бобовыми на овощном бульоне	200	4,39	4,22	13,06	107,8
Тефтели	80/30	11,4	11,79	11,87	199,33
гарнир: каша пшеничная	150	6,60	4,38	35,27	213,71
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:	770	26,95	21,18	86,2	717,94
30 апреля 2021г. (пятница)					
Горячий обед					
Салат витаминный	100	8,22	6,8	24,73	74,80
Суп с макаронными изделиями на овощном бульоне	250	2,69	2,84	17,14	104,75
Гуляш (тех.карта № 591)	100/75	23,80	19,52	10,74	203,00
Гарнир: каша гречневая рассыпчатая	180	8,95	6,73	43,0	276,54
Напиток кофейный на молоке	200	3,17	2,68	15,9	100,6
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого :	880	50.61	39,23	112.14	854.39