

Столовая МБОУ Баганской СОШ №1

Меню с 13 июня по 22 июня 2023г.

(для детей ЛДЦ)

№ рец.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав				эн.цен (ккал.)	Цена
			белки	жиры	углеводы			
13.06.2023г								
Завтрак								
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5		
54-24к	Каша жидкая молочная пшениная	250	10,4	12,7	47,1	343,6		
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9		
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8		
	Итого за Завтрак	550	22,6	22,4	83,4	624		
Обед								
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5		
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	5,4	4,3	9,3	97,9		
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6	43,7	262,4		
П/Ф	Котлеты Домашние	85	11	8,7	6,6	148,7		
54-3соус	Соус красный основной	40	1,3	1	3,6	28,2		
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5		

Пром.	Хлеб ржаной	55	3,6	0,7	18,4	93,9
Пром.	Биомороженое ванильное	100	3,6	6,7	21,2	159,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Обед	1040	36,6	28,6	137,3	951,6
	Итого за день	1590	59,2	51	220,7	170,00

14.06.2023г

Завтрак

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-1о	Омлет натуральный	250	21,1	30	5,4	375,8
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
	Итого за Завтрак	550	36,9	42,5	44,8	707,9

Обед

54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2,3	11	3,6	122,5
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6	2,7	19,4	126,1
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4

54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,3
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Йогурт 1.5%	100	4,1	1,5	5,9	53,5
	Итого за Обед	1040	38,4	30	135,8	966,9
	Итого за день	1590	75,3	72,5	180,6	1674,8
	15.06.2023г					

15.06.2023г

Завтрак

54-17к	Суп молочный с гречневой крупой	250	7,2	6	19,9	162,4
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб ржаной	80	5,3	1	26,7	136,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Повидло абрикосовое	15	0,1	0	9,6	38,6
	Итого за Завтрак	595	21,1	10,9	93,3	555,2

Обед

54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,2	7,1	123,8
54-25с	Суп гороховый	300	9,8	4,2	22,4	166,4

54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25,1	23,4	21,5	397,4
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8	80,8
Пром.	Зефир	40	0,3	0	31,9	129,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	170,8
	Итого за Обед	1040	46,9	39,4	160,7	1185,7
	Итого за день	1635	68	50,3	254	1740,9
16.06.2023г						
Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	200	4,6	5,8	24,3	167,2
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5
	Итого за Завтрак	550	19,7	23,1	75,4	587,3
Обед						
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1	3,1	62,4

54-3с	Рассольник Ленинградский	250	5,9	7,2	17	156,9
54-2бм	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	29	33,1	510,8
54-24хн	Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	11,9	58,9
Пром.	Банан	200	3	1	42	189
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Обед	1040	42,4	43,8	123,6	1059,1
	Итого за день	1590	62,1	66,9	199	1646,4
	17.06.2023г					170,0
Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	23,4	119,6
	Итого за Завтрак	550	27,9	24,3	93,5	703,1
Обед						
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	0,8	6,1	3,6	72,5

54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	250	7,4	8,4	15,7	168,3
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8
54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	80	6,7	3,3	4,2	73,2
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	8	33
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	Итого за Обед	1040	27,2	26,3	118,7	821,1
	Итого за день	1590	55,1	50,6	212,2	1524,2
19.06.2023г						
Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	550	20,4	23,1	77,5	599,2

Обед									
54-3з	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8			
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1	115,3			
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2			
Пром.	Компот вишневый	200	1,2	0,6	47,4	199,8			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2			
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4			
Пром.	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6			
	Итого за Обед	1010	31,9	23,8	152,9	954,3			
	Итого за день	1560	52,3	46,9	230,4	1553,5			170,00
20.06.2023г									
Завтрак									
54-6т	Сырники	200	39,3	11,5	32,8	391,5			
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9			
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35			
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	50	3,6	4,3	27,8	163,7			
	Итого за Завтрак	550	43,9	16,1	74,7	618,1			
Обед									

54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	
54-32с	Уха ростовская	250	7,8	3,9	12,4	116	
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5,9	7	40,7	249,5	
54-2м	Гуляш из говядины	100	17	16,5	3,9	232,1	
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5	
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный формовой	30	0,5	2,8	19,3	103,7	
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234,4	
	Итого за Обед	1040	44,6	32	168,2	1138,9	
	Итого за день	1590	88,5	48,1	242,9	1757	170,00
21.06.2023г							
Завтрак							
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,9	5,7	22,3	167,8	
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	
	Итого за Завтрак	585	17,2	18,9	82,2	567,3	

Обед									
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	21,4			
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	7,6	17,4	181,1			
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8			
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	12,7	5,3	189,2			
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14	56,8			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2			
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5			
Пром.	киви	100	0,8	0,4	8,1	39,2			
	Итого за Обед	1040	38,1	29,1	119,6	893,2			
	Итого за день	1625	55,3	48	201,8	1460,5			170,00
22.06.2023г									
Завтрак									
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1			
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	250	9,1	11,5	55	359,7			
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	21,4			
Пром.	Повидло яблочное	15	0,1	0	9,8	39,2			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2			

Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	555	15,2	19,6	104,7	654,8
Обед						
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1,6	0,3	21,5	94,6
54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	2,2	5,3	13,4	110,4
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9	311,6
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1
54-3соус	Соус красный основной	40	1,3	1	3,6	28,2
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	морс из брусники	200	0,1	0,1	21,8	88,4
	Итого за Обед	1040	31	22,8	154,3	944,7
	Итого за день	1595	46,2	42,4	259	1599,5
						170,00

Директор школы

Завстоловой

Н.В.Петрушкевич

Е.Д.Савва

