

Столовая МБОУ Баганской СОШ №1

Меню с 16 января по 21 января 2023г.

(для детей со статусом ОВЗ учащихся 5-9 классов)

№ рец.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав					эн.цен (ккал.)	Цена
			белки	жиры	углеводы	4	5		
1	2	3	4	5	6	7			
<b>16.01.2023г</b>									
Завтрак									
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0,00	107,5	20,65		
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,15	5,76	26,71	187,3	14,73		
54-21гн	Какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4	14,86		
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15		
Обед									
54-1бз	Винегрет с растительным маслом	60	0,71	5,38	4,01	67,1	8,26		
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	7,91	3,8	12,44	115,5	27,41		
54-11г	Картофельное пюре	150	3,07	5,31	19,82	139,4	14,04		
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	120	20,09	19,05	7,99	283,7	55,07		
Пром	Сок яблочный	200	1,00	0,2	20,2	86,6	14,00		
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15		
Пром	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,15		
	<b>Итого</b>	<b>1310</b>	<b>62,47</b>	<b>53,27</b>	<b>169,57</b>	<b>1407,3</b>	<b>179,47</b>		
<b>17.01.2023г</b>									
Завтрак									
54-4г	Пудинг из творога с яблоками	200	30,51	14,42	20,49	334,00	73,15		
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,14	8,6	50,9	4,43		
Пром	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,8	2,52		
Обед									
54-11з	Салат из моркови и яблок	80	0,73	8,14	5,72	99,00	7,87		
54-18с	Свекольник (со сметаной)	200	1,79	4,25	10,69	88,3	17,09		
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5,9	7,02	40,67	249,5	11,38		
П/Ф	Котлеты куриные	85	10,85	8,5	7,15	148,5	27,20		

54-3соус	Соус красный основной	25	0,82	0,6	2,24	17,6	2,34
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	7,98	33,00	4,91
Пром	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,8	2,52
Пром	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,2	1,66
	<b>Итого</b>	1290	59,74	44,99	149,58	1242,6	155,07
<b>18.01.2023г</b>							
Завтрак							
54-6г	Сырники	200	39,28	11,45	32,81	391,4	75,59
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,8	1,23
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,9	1,26
Обед							
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,76	4,12	2,47	49,9	7,47
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	5,38	4,34	9,33	97,8	16,53
54-13м	Запеканка каргофельная с говяжьей	200	23,56	23,17	26,46	408,7	59,59
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0,00	19,78	81,00	5,99
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15
Пром	Хлеб урожайный	30	1,98	0,36	10,02	51,2	2,49
	<b>Итого</b>	1230	76,94	44,04	141,73	1270,9	173,3
<b>19.01.2023г</b>							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0,00	107,5	20,65
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	8,04
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,86	5,67	22,32	167,80	14,67
54-21гн	Какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4	14,86
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15
Обед							
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,36	6,6	2,15	73,4	8,01
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,66	5,63	5,73	92,2	18,17
54-2г	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,19	26,55	180,8	15,17
54-2м	Гуляш из говядины	100	16,99	16,51	3,9	232,2	86,22
54-21хн	Кисель из брусники	200	0,14	0,09	14,84	60,7	13,79
Пром	Хлеб урожайный	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,15
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15
	<b>Итого</b>	1350	57,33	61,71	154,02	1400,9	210,03

20.01.2023г										
Завтрак										
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0,0	107,5	20,65			
54-24к	Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,32	10,12	37,64	274,9	18,23			
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,87	2,86	11,19	86,00	12,51			
Пром	Хлеб урожайный	30	1,98	0,36	10,02	51,2	2,49			
Обед										
Пром	Икра из кабачков.Консервы	71	0,95	4,45	3,85	59,2	17,06			
54-19с	Борщ с фасолью	200	3,09	5,11	12,29	107,5	17,61			
54-11г	Картофельное пюре	150	3,07	5,31	19,82	139,4	14,04			
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,85	7,41	6,29	147,2	24,32			
Пром	Хлеб урожайный	50	3,3	0,6	16,7	85,4	4,15			
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15			
54-32 хн	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5	6,85			
<b>Итого</b>		<b>1281</b>	<b>49,34</b>	<b>45,61</b>	<b>152,33</b>	<b>1217</b>	<b>141,06</b>			
21.01.2023 г										
Завтрак										
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,45	0	53,75	10,59			
54-1о	Омлет натуральный	200	16,9	24	4,3	300,7	41,01			
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	14,86			
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,89			
Пром	Апельсин	230	2,1	0,5	18,6	86,9	30,59			
Обед										
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1,6	0,3	21,5	94,6	15,78			
54-25с	Суп гороховый	250	8,2	3,5	18,7	138,7	6,09			
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2	69,21			
54-3н	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,78			
Пром	Хлеб урожайный	50	3,3	0,6	16,7	853,4	4,15			
<b>Итого</b>		<b>1475</b>	<b>58,1</b>	<b>132,35</b>	<b>152,3</b>	<b>2074,85</b>	<b>196,95</b>			

Директор школы  
Завстоловой

Н.В.Петрушкевич  
Е.Д Савва

