

Столовая МБОУ Баганской СОШ №1

Меню с 23 января по 28 января 2023г.

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

№ рец.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав				эн.ден (ккал.)	Цена
			белки	жиры	углеводы	7		
1	2	3	4	5	6	7		
23.01.2023г								
Завтрак								
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	8,04	
54-23к	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6,91	5,81	32,08	208,3	13,1	
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,87	2,86	11,19	86,00	12,51	
Пром	Повидло абрикосовое	20	0,08	0,00	12,78	51,4	3,86	
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,3	1,89	
Обед								
54-10з	Салат из капусты с овощами	100	2,8	6,7	2,8	83,3	8,58	
54-9с	Суп фасолевый	250	8,46	5,73	18,00	157,4	14,72	
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,06	18,76	17,22	318,00	99,36	
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,14	8,6	50,9	4,43	
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	
	Итого	1310	53,19	49,49	158,86	1294,3	173,79	
24.01.2023г								
Завтрак								
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0,00	107,5	20,65	
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44,0	287,8	18,14	
54-6о	Яйцо вареное	40	4,78	4,05	0,25	56,6	7,7	
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	
Пром	Банан	200	3,0	1,0	42,0	189,0	19,00	
Обед								
54-6з	Салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцами	100	2,3	11,0	3,6	122,5	13,36	
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,98	2,71	19,42	126	14,10	
54-26г	Рис с овощами	200	4,25	7,56	34,69	223,7	18,26	
54-12р	Рыба, запеченная с сыром и луком	100	16,09	11,04	2,86	175,2	32,15	

54-2 хн	Компот из кураги	200	0,98	0,05	15,64	66,9	11,44
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
	Итого	1600	57,61	56,22	205,08	1556,9	161,47
25.01.2023г							
Завтрак							
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,5	0,26	132,2	16,08
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0,00	107,5	20,65
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,35	5,74	25,29	174,3	12,60
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,24	0,08	7,49	31,6	3,10
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,3	1,89
Обед							
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1,37	10,15	6,03	120,9	12,73
54-17с	Суп из овощей	250	1,75	4,64	10,1	89,1	16,52
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,07	26,43	185,8	18,72
54-27м	Капуста тушеная с мясом пшеницы	100	8,4	4,12	5,19	91,5	20,69
Пром	Сок яблочный	200	1,00	0	25,4	105,6	14,00
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
	Итого	1610	37,39	56,15	155,57	1277,2	142,62
26.01.2023г							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0,00	107,5	20,65
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5	14,53
54-21гн	Какао с молоком	200	4,68	3,52	12,5	100,4	14,86
Пром	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,2	1,66
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15
Пром	Йогурт 2,00%	100	4,5	2,0	6,5	62,0	38,00
Обед							
54-2з	Огулец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	16,80
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,08	7,6	17,4	181,1	32,6
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,22	6,34	35,93	233,7	14,72
П/Ф	Тфтели «Натуральные»	55	7,99	6,49	4,68	109,1	26,00
54-3соус	Соус красный основной	30	0,98	0,72	2,66	21,1	2,80
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0,00	19,78	81,00	5,99
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

		Итого		1485	62,18	42,68	203,19	1448,5	199,06
27.01.2023г									
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									
54-173	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 пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,15		
Пром	Хлеб урожайный	50	3,3	0,6	16,7	853,4	4,15		
	Итого	1525	61,9	132,75	176,9	2192,05	200,10		
28.01.2023 года									
Завтрак									
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0,0	107,5	20,65		
54-2о	Омлет с зеленым горошком	200	12,91	14,18	6,37	204,7	36,86		
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9	2,78		
Пром	Хлеб урожайный	30	1,98	0,36	10,02	51,2	2,49		
Пром	Груша	174	0,66	0,51	16,61	73,26	34,19		
Обед									
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	21,4	17,36		
54-6с	Суп картофельный с клецками	250	5,76	4,1	14,25	117,00	13,06		
54-22м	Рагу из курицы	250	26,21	8,8	21,9	271,6	40,52		
54-22хн	Кисель из вишни	200	0,19	0,04	12,95	52,9	16,61		
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		
	Итого	1534	63,12	38,09	133,81	1130,06	191,82		

Директор школы
Завстоловой



Н.В.Петрушкевич

Е.Д.Савва