

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**

«Утверждено» Директор
МБОУ Кагальницкая СОШ
Азовского района
И.И. Демидова



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.

Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
	1 день					
183	Каша пшеничная рассыпчатая со сливочным маслом	180/5	10,6	6,8	43,3	312
94	Бефстроганов из отварного мяса	100	20,8	16,3	3,2	244
14	Овощи в нарезке	60	0,5	2,8	2,2	38
300	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36
	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	4,5	1,2	29,2	140
	Итого:		36,6	27,1	87	770

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



«Утверждено» Директор
МБОУ Кагальницкая СОШ
Азовского района
Н.И. Демидова



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.

Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
2 день						
185	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	180/5	8	6,4	45,4	281
132	Куры отварные	90	22,5	18,9	0,3	295
7.13	Горошек зеленый консервированный отварной	100	3,3	0,2	6,8	53
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	4,5	1,2	29,2	140
Итого:			38,5	26,7	91	807

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



«Утверждено» Директор
МБОУ Кагальницкая СОШ
Азовского района
И.И. Демидова



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.

Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
	Здень					
227	Макаронные изделия отварные, со сливочным маслом	180/5	6,5	4,4	40	233
100	Котлета "Здоровье"	60	13,7	11,9	7,9	196
21	Салат витаминный	60	0,9	2,7	6,5	56
306	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	95
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	4,5	1,2	29,2	140
	Итого:		28,9	23,3	97,2	720

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**

«Утверждено» Директор
МБОУ Кагальницкая СОШ
Азовского района
Н.И. Демидова



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.
Н.Г. Бондаренко



Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
	4 день					
205	Каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	180/5	5,5	7,4	27,3	200
3	Бутерброд с сыром	20\10	4,1	2,8	9,5	82
10.1	Яйца варенные	40	4,8	4,4	0,2	59
300	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36
	Итого:		14,6	14,6	46,1	377

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



«Утверждено» Директор
МБОУ Кагальницкая СОШ
Азовского района
И.Демидова

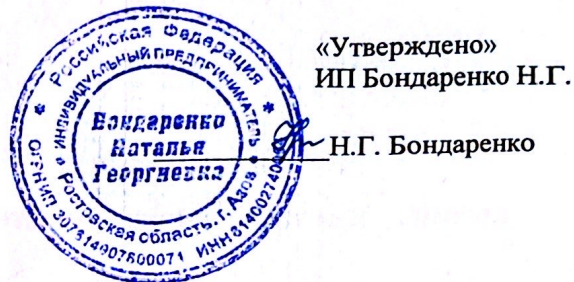


«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.
Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
	5 день					
217	Запеканка рисовая с творогом и вареньем	180/20	11	5,1	65,8	357
	Фрукты свежие	100	0,3	0	78	52
312	Напиток яблочно-лимонный	200	0,2	0,2	22,8	94
	Итого:		11,5	5,3	166,6	503

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
	6 день					
185	Каша пшеничная со сливочный маслом	180/5	8	4,9	47	261
96	Гуляш	100	13,8	14,3	3,1	197
15	Овощи в нарезке	60	0,5	2,8	2,2	38
300	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	4,5	1,2	29,2	140
	Итого:		27	23,2	90,6	672

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.

Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
	7 день					
139	Плов из курицы	200	18,2	23,2	32,2	417
42	Винегрет овощной	60	0,9	1,5	4,9	40
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	19,3	38
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	4,5	1,2	29,2	140
	Итого:		23,8	25,9	75,6	635

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



«Утверждено» Директор
МБОУ Кагальницкая СОШ
Азовского района
И.И. Демидова



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.

Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептур	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
8 день						
146	Картофельное пюре со сливочным маслом	200/5	4,1	6,3	26,7	187
131	Сосиска отварная <i>Копченая сосиски</i>	80	9,8	24,9	0,8	267
14	Овощи в нарезке	60	0,5	2,8	2,2	38
320	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	24	94
	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	4,5	1,2	29,2	140
	Итого:		30,7	19,5	94,3	677

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



«Утверждено» Директор
МБОУ Кагальницкая СОШ
Азовского района
И.И. Демидова



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.
Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
9 день						
78	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,5	5,2	19,9	150
265	Пирожок печеный с повидлом	60	3,3	2,8	33,7	174
10.1	яйца варенные	40	4,8	4,4	0,2	59
300	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36
Итого:			13,8	12,4	62,9	419

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кагальницкая средняя общеобразовательная школа Азовского района**



«Утверждено»
ИП Бондаренко Н.Г.

Н.Г. Бондаренко

Перспективное десятидневное меню питания учащихся школы

Код по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Калорийность
			белки	жиры	углеводы	
10 день						
231	Лапшевник с творогом	180/5	15,4	12,3	35,7	322
304	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,8	14,9	109
	Фрукты свежие	100	0,3	0	78	52
	Итого:		18,6	15,1	128,6	483