



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы: Ю.В. Родина
Приказ от 01.11.2024г. № 106

**Примерное 10-ти дневное меню
на 2024- 2025 учебный год
для организации горячего питания учащихся 1- 4 классов
МКОУ «ООШ №2», г. Козельск**

Школа	МКОУ "ООШ №2", г.Козельск				День	понедельник	
Неделя 1 день 1							
Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	0	икра кабачковая	60,00	71,40	1,14	5,34	4,64
	206	суп гороховый на бульоне из говя	250,00	655,00	15,80	3,50	115,00
	0	котлета мясная	90,00	256,50	11,70	22,50	1,80
	413	макароны отварные	150,00	168,00	5,30	0,60	34,80
	375	чай с сахаром	200,00	49,28	12,00	3,06	13,00
	0	хлеб пшеничный	30,00	83,60	2,72	0,44	17,20
	0	хлеб ржаной	30,00	82,00	3,00	1,00	16,00
Итого за обед		итого:	810,00	1365,78	51,66	36,44	202,44
Неделя 1 день 2							Вторник
Обед	0	Зеленый горошек	60	24,00	1,86	0,12	3,90
	204	суп рыбный из консервов сайра	250	154,60	7,00	9,00	8,00
	378	каша гречневая отварная	150	145,50	9,00	6,00	38,00
	152	гуляш из птицы с овощами	100	118,60	13,00	16,00	31,00
	869	кисель	200	110,00	0,00	0,00	30,00
		Хлеб пшеничный	30	83,60	2,72	0,44	17,20
		Хлеб ржаной	30	82,00	3,00	1,00	16,00
Итого за обед		итого:	820	718,30	36,58	32,56	144,10
Неделя 1 день 3							Среда
	88	салат из свеклы	200	65,00	1,63	3,00	8,17
Обед	208	суп вермишелевый на к/б	200	94,60	2,20	3,70	9,90
	321	рагу из овощей с мясом птицы	60	324,00	10,00	12,00	17,00
	1020	кофейный напиток с молоком	30	209,70	3,00	3,00	14,00
	0	Хлеб пшеничный	40	83,60	2,72	0,44	17,20
	0	Хлеб ржаной	40	82,00	2,72	0,44	16,20
Итого за обед		итого:	570	858,90	22,27	22,58	82,47
Неделя 1 день 4							Четверг
Обед	0	икра кабачковая	60,00	71,00	1,00	5,00	5,00
	170	борщ со сметаной на к/б	250,00	152,00	3,00	5,00	0,00
	682	рис отварной	150,00	209,70	4,00	5,00	39,00

	476	рыба тушеная с овощами	100,00	103,00	14,00	2,00	9,00
	868	компот из сухофруктов	200,00	107,00	1,00	0,00	18,00
	0	хлеб пшеничный	20,00	82,00	2,72	0,44	17,20
	0	хлеб ржаной	30,00	83,60	2,72	0,44	17,20
Итого за обед			810,00	808,30	28,44	17,88	105,40
Неделя 1 день 5							пятница
Обед	79	салат из капусты	60,00	65,00	1,14	5,34	4,62
	195	рассольник с тущ.гов. со сметаной	250,00	125,00	4,00	5,00	9,00
	299	картофельное пюре	150,00	123,90	4,00	6,00	9,00
	0	котлета "мясная"	90,00	266,80	7,81	11,75	17,30
	943	чай "каркаде"	200,00	49,30	11,80	2,80	14,50
	0	хлеб пшеничный	20,00	82,60	2,60	1,40	18,20
	0	хлеб ржаной	30,00	83,60	2,72	0,44	17,20
Итого за обед			800,00	796,20	34,07	32,73	89,82
Неделя 2 день 1							Понедельник
Обед	88	салат из свеклы	60,00	65,00	2,20	3,70	9,90
	208	суп вермишелевый на к/б	250,00	94,60	2,20	3,70	9,90
	321	рагу из овощей и мясом птицы	200,00	324,00	10,00	12,00	17,00
	1020	кофейный напиток с молоком	200,00	209,70	3,00	3,00	14,00
	0	хлеб пшеничный	20,00	83,60	2,72	0,44	17,20
	0	хлеб ржаной	20,00	83,60	2,72	0,44	17,20
Итого за обед			750,00	860,50	22,84	23,28	85,20
Неделя 2 день 2							Вторник
Обед	0	икра кабачковая	60,00	71,00	1,00	5,00	5,00
	206	суп гороховый на бульоне из говя	250,00	127,40	6,00	3,00	13,00
	413	макароны отварные	150,00	185,00	12,00	10,00	35,00
	0	котлета мясная	90,00	132,48	9,70	1,30	5,25
	375	чай с сахаром и лимоном	200,00	49,30	0,00	0,00	10,00
	0	хлеб пшеничный	40,00	83,60	2,72	0,44	17,20
	0	хлеб ржаной	30,00	83,60	2,72	0,44	17,20
Итого за обед			820,00	732,38	34,14	20,18	102,65
Неделя 2 день 3							Среда
Обед	0	икра кабачковая	60,00	71,00	1,00	5,00	5,00

