

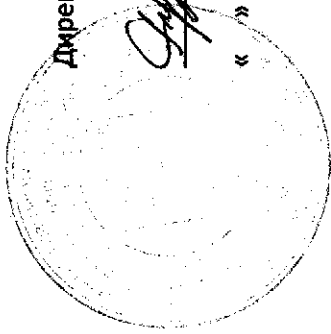
Согласовано

Руководитель «Гавриловской ОШ»-  
филиал МБОУ «Любовниковская СШ»

 /Н.А.Потапова/

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Любовниковская СШ»



 /М.Н.Рузлева/

« » \_\_\_\_\_ 2024г.

**Меню приготавливаемых блюд**  
**«Гавриловской ОШ» -филиал МБОУ «Любовниковская СШ»**  
**на 2024-2025 учебный год**  
**(для 1-4 классов)**

## Меню приготавливаемых блюд

### Возрастная группа: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 1</b>							
	Борщ из свежей капусты с картофелем и говядиной	250	2,60	5,12	10,93	138,75	82
	Плов из птицы	80/130	20,30	17,00	35,69	377,00	304
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,8	389
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,3	4,8	71,4	
	Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	338
<b>Итого за обед:</b>		<b>660/130</b>	<b>27,7</b>	<b>22,92</b>	<b>92,62</b>	<b>767,95</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>660/130</b>	<b>27,7</b>	<b>22,92</b>	<b>92,62</b>	<b>767,95</b>	
<b>День 2</b>							
	Суп рыбный с консервами	250	8,61	8,40	14,34	167,25	87
	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	224,60	688
	Котлеты куриные	80	13,07	6,68	6,31	142	268
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	868
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,3	4,8	71,4	
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,8	47,00	338
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>31,78</b>	<b>21,8</b>	<b>95,27</b>	<b>746,45</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>860</b>	<b>31,78</b>	<b>21,8</b>	<b>95,27</b>	<b>746,45</b>	



	Птица тушенная	100	22,40	18,23	7,03	281,25	301
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	382
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,3	4,8	71,4	
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,8	47,00	338
<b>Итого за обед:</b>		<b>880</b>	<b>44,44</b>	<b>32,75</b>	<b>109,19</b>	<b>956,51</b>	
<b>Итого за День:</b>		<b>880</b>	<b>44,44</b>	<b>32,75</b>	<b>109,19</b>	<b>956,51</b>	
<b>День 5</b>							
	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250	2,57	5,15	7,90	124,75	88
	Рис отварной	200	4,87	7,17	48,8	279,6	304
	Рыба тушенная в томатном соусе с овощами	120/75	18,03	10,21	8,49	195,00	486
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	868
	Хлеб ржаной. Сыр	30/10	2,3	0,3	4,8	71,4	
	Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	338

Итого за обед:	900/10	29,31	23,33	115,75	860,95	
Итого за День:	900/10	29,31	23,33	115,75	860,95	
<b>Неделя 2</b> <b>День 1</b>						
	250	1,98	2,74	14,58	113,00	204
Суп картофельный с рисом на курином бульоне						
Гречка рассыпчатая	200	9,94	7,48	47,78	307,26	679
Птица тушеная	100	22,40	18,23	7,03	281,25	301
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,00	20,2	84,8	389
Хлеб ржаной	30	2,3	0,3	4,8	71,4	
Апельсин	100	0,2	0,9	8,1	43	338
Итого за обед:	880	37,82	29,65	102,49	900,71	
Итого за День:	880	37,82	29,65	102,49	900,71	
<b>День 2</b>						
обед						
Овощи свежие (огурцы)	100	0,98	6,15	3,73	74,20	15
Суп рыбный с консервами	250	8,61	8,40	14,34	167,25	87
Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	224,60	688
Котлеты рыбные	110	13,98	7,42	19,94	240	234

	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	868
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,3	4,8	71,4	
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,8	47,00	338
<b>Итого за обед:</b>		<b>990</b>	<b>33,67</b>	<b>28,69</b>	<b>112,63</b>	<b>918,65</b>	
<b>Итого за День:</b>		<b>990</b>	<b>33,67</b>	<b>28,69</b>	<b>112,63</b>	<b>918,65</b>	
<b>День 3</b>							
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	3,37	2,98	15,69	144,0	112
	Плов из птицы	80/130	20,30	17,00	35,69	377,00	304
	Кисель	200	-	-	9,98	37,4	
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,3	4,8	71,4	
	Апельсины	100	0,2	0,9	8,1	43	338
<b>Итого за обед:</b>		<b>660/130</b>	<b>26,17</b>	<b>21,18</b>	<b>74,26</b>	<b>672,8</b>	
<b>Итого за День:</b>		<b>660/130</b>	<b>26,17</b>	<b>21,18</b>	<b>74,26</b>	<b>672,8</b>	
<b>День 4</b>							
	Суп картофельный гороховый	250	5,32	2,84	22,2	131	5
	Картофельное пюре	200	4,34	12,82	25,18	241	128
	Котлеты куриные	80	13,07	6,68	6,31	142	268
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	382
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,3	4,8	71,4	

Яблоко	100	0,40	0,40	9,8	47,00	338
Итого за обед:	860	29,51	26,58	85,87	751	
Итого за день:	860	29,51	26,58	85,87	751	
День 5						
Борщ из свежей капусты с картофелем и говядиной	250	2,60	5,12	10,93	138,75	82
Рис отварной	200	4,87	7,17	48,8	279,6	304
Печень говяжья тушеная	100	17,43	11,64	7,10	162,31	102
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	868
Хлеб ржаной. Сыр	30	2,3	0,3	4,8	71,4	
Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	338
Итого за обед:	880	28,74	24,73	117,39	842,26	
Итого за день:	880	28,74	24,73	117,39	842,26	