


Согласовано

Руководитель «Гавриловской ОШ»-

филиал МБОУ «Любовниковская СШ»

 /Н.А.Потапова/

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Любовниковская СШ»



 /М.Н.Ружика/

2024г.

**Меню приготавливаемых блюд  
«Гавриловской ОШ» - филиал МБОУ «Любовниковская СШ»  
на 2024-2025 учебный год**

**льготная категория**

# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная группа: льготная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1</b>							
<b>День 1</b>							
1 прием пищи	Каша манная молочная	250	6,51	6,35	20,53	165,25	94
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
2 прием пищи	Огурцы свежие	50					4
	Плов из птицы	210	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	
<b>День 2</b>							
1 прием пищи	Каша молочная пшеничная	250	7,25	6,85	23,21	183,5	94
	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	28	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
2 прием пищи	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	309
	Птица тушеная	80	17,65	14,58	4,70	221	301
	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	
<b>День 3</b>							
1 прием пищи	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,19	6,51	23,55	181,5	93
	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	28	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3

2 прием пищи	Картофельное пюре	150	3,07	0,02	20,44	137,25	312
	Гуляш из мяса птицы	50/50					
	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	
<b>День 4</b>							
1 прием пищи	Каша молочная рисовая	250	6,03	1,28	21,04	165,4	94
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
2 прием пищи	Рагу из овощей	150	2,29	11,00	14,44	166,00	321
	Котлета куриная	80	13,07	6,68	6,31	142	14
	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	
<b>День 5</b>							
	Каша овсяная молочная	210	7,82	12,83	34,27	285	182
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
2 прием пищи	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	304
	Рыба тушеная с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	486
	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	
<b>Неделя 2</b>							

<b>День 1</b>							
<b>1 прием пищи</b>	Каша манная молочная	250	6,51	6,35	20,53	165,25	94
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
<b>2 прием пищи</b>	Гречка рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	679
	Гуляш из мяса птицы	50/50					
	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	
<b>День 2</b>							
<b>1 прием пищи</b>	Каша молочная пшеничная	250	7,25	6,85	23,21	183,5	94
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
<b>2 прием пищи</b>	Огурцы свежие	50					4
	Плов из птицы	210	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	
<b>День 3</b>							
<b>1 прием пищи</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,19	6,51	23,55	181,5	93
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
<b>2 прием пищи</b>	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	309
	Птица тушеная	80	17,65	14,58	4,70	221	301
	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	

<b>День 4</b>							
<b>1 прием пищи</b>	Каша молочная рисовая	250	6,03	1,28	21,04	165,4	94
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	943
	Бутерброд с сыром	35/10	5,8	8,3	14,83	157	3
<b>2 прием пищи</b>	Рагу из овощей	150	2,29	11,00	14,44	166,00	321
	Котлета куриная	80	13,07	6,68	6,31	142	14
	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	
<b>День 5</b>							
<b>1 прием пищи</b>	Каша овсяная молочная	210	7,82	12,83	34,27	285	182
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	943
	Хлеб пшеничный	30	5,8	8,3	14,83	157	
<b>2 прием пищи</b>	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	304
	Рыба тушеная с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	486
	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	