

Утверждаю
директор МБОУ «Кривская СОШ»
Т.Л. Смирных

Приказ № 15 от 26.02.2025

Меню приготовляемых блюд

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кривская средняя общеобразовательная школа»**

Возрастная категория 12-17 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса Г.	Белки Г.	Жиры Г.	Углеводы Г.	Эн.ценность Ккал.
День первый						
Обед						
54-4с	Рассольник домашний	250	4,6	5,7	11,6	116,1
54-11г	Пюре картофельное	200	3,2	5,2	19,8	139,4
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	100	8,7	8,8	4,9	133,1
54-1хн	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	790	38,8	21,5	92,3	658,4
	Итого за день	790	38,8	21,5	92,3	658,4
День второй						
Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	1,6	6,1	6,2	85,7
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4,7	5,7	10,1	110,4
54-6г	Рис отварной	180	3,6	4,8	36,4	203,5
54-011р	Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,6	5,2	4,4	103
54-1хн	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	800	24,6	22,3	106,4	724,2
	Итого за день	800	24,6	22,3	106,4	724,2
День третий						
Обед						
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,2	2,8	18,5	119,6
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,2	6,3	35,9	233,7
54-23м	Биточки из курицы	100	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	790	49,8	14,1	119,6	745,3
	Итого за день	790	49,8	14,1	119,6	745,3

День четвертый						
Обед						
54-8с	Суп гороховый	250	6,7	4,6	16,3	133,1
54-1г	Макароны отварные	200	5,3	4,9	32,8	196,8
54-21м	Курица отварная	100	25,7	1,9	0,9	123,8
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	3,9	2,9	11,2	86
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	790	48,7	23,15	96,30	786,15
	Итого за день	790	48,7	23,15	96,30	786,15
День пятый						
Обед						
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	4,7	5,6	5,7	92,2
54-21г	Горошница	200	14,5	1,3	33,8	204,8
54-5м	Котлета из курицы	100	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	790	40,4	18,85	101,1	738,15
	Итого за день	790	40,4	18,85	101,1	738,15
День шестой						
Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,6	5,3	4,1	67,1
54-10с	Суп крестьянский с крупой	250	5,1	5,8	10,8	115,6
54-11г	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	139,4
54-4м	Котлета из говядины	100	13,7	13,3	12,4	221,3
54-2гн	Чай с сахаром	180	0,2	0	6,4	26,8
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	800	27,4	30,1	83	710,8
	Итого за день	800	27,4	30,1	83	710,8
День седьмой						
Обед						
54-5з-2020	Салат из свежих помидор и огурцов	60	1	6,1	5,8	81,5
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4,7	5,7	10,1	110,4
54-12м	Плов с курицей	250	27,3	8,1	33,2	314,6
54-21гн	Какао с молоком	180	4,7	3,5	12,5	100,4
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	800	42,3	23,9	91,1	747,5
	Итого за день	800	42,3	23,9	91,1	747,5

День восьмой						
Обед						
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,2	2,8	18,5	119,6
54-1г	Макароны отварные	200	5,3	4,9	32,8	196,8
54-12р	Рыба запеченная с сыром и луком(минтай)	100	12,9	8,9	2,3	140,2
54-1хн	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	790	31,7	18,24	98,34	682,76
	Итого за день	790	31,7	18,24	98,34	682,76
День девятый						
Обед						
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	4,7	5,6	5,7	92,2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,2	6,3	35,9	233,7
54-23м	Биточки из курицы	100	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,8	81
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	790	48,8	16,8	105,3	709,4
	Итого за день	790	48,8	16,8	105,3	709,4
День десятый						
Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,6	5,3	4,1	67,1
54-12с	Суп с рыбными консервами	250	7,9	3,84	12,44	115,66
54-22м	Рагу из курицы	200	20,9	7	17,6	217,4
517	Кисель	180	1,36	0	29,02	121,52
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за обед	750	32,66	15,6	69,22	666,22
	Итого за день	750	32,66	15,6	69,22	666,22