

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Приобская средняя
общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
К.В.Заболотская
06.05.2024г.

Ежедневное меню основного питания

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Приобская средняя
общеобразовательная школа»

Возрастная категория: 7-11 лет

06.05.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	205	179,38
	Батон пшеничный	80	211,00
	Сыр твердых сортов	10	25,00
	Масло сливочное (порциями)	10	67,00
	Какао с молоком	200	107,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		505	589,38
ОБЕД:	Салат из свежих помидоров	80	50,00
	Уха " Рыбацкая"	250	144,00
	Мясо тушенное с капустой	200	224,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Сок овощной	200	129,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		795	665,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 300	1 254,51

07.05.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Запеканка "Царская " из творога с молоком сгущенным	200	344
	Чай с сахаром	200	51
	Йогурт промышленного производства	125	55,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		525	450
ОБЕД:	Кукуруза консервированная(после термической обработки)	80	33,00
	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104
	Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	183
	Картофель отварной	150	130,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Сок фруктовый	200	129,00
	Фрукт в ассортименте	180	63,00
	ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		910
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 435	1 210,13

08.05.2024г

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	Икра кабачковая	80	64,00	
	Печень тушеная с овощами	100	134,00	
	Рис припущенный	150	148,00	
	Хлеб пшеничный	30	57,75	
	Кофейный напиток	200	176	
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		560	579,75	
ОБЕД:	Салат овощной	80	80,00	
	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	127,00	
	Курица припущенная с маслом	90/5	177,	
	Макароны отварные	150	189,00	
	Хлеб ржаной	35	60,38	
	Хлеб пшеничный	30	57,75	
	Напиток лимонный	200	63,00	
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	140,00	
	ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		815	894,13
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1375	1473,88
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		4110	3938,52	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1370	1313	

Возрастная категория: 12-17 лет

06.05.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	205	179,38
	Батон пшеничный	80	211,00
	Сыр твердых сортов	10	25,00
	Масло сливочное (порциями)	10	67,00
	Какао с молоком	200	107,00
	ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		505
ОБЕД:	Салат из свежих помидоров	100	62,50
	Уха " Рыбацкая"	250	144,00
	Мясо тушенное с капустой	250	266,00
	Хлеб ржаной	35	60,38
	Хлеб пшеничный	30	57,75
	Сок овощной	200	129,00
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		865	719,63
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 370	1 309,01

07.05.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	Запеканка "Царская " из творога с молоком сгущенным	200	344	
	Чай с сахаром	200	51	
	Йогурт промышленного производства	125	55,00	
ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		525	450	
ОБЕД:	Кукуруза консервированная(после термической обработки)	100	40,00	
	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	250/10/5	104	
	Рыба тушеная в томате с овощами	120/50	201	
	Картофель отварной	180	156,00	
	Хлеб ржаной	35	60,38	
	Хлеб пшеничный	30	57,75	
	Сок фруктовый	200	129,00	
	Фрукт в ассортименте	180	63,00	
	ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		980	811,13
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1 505	1 261,13

08.05.2024г

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	Икра кабачковая	100	75,00	
	Печень тушеная с овощами	120	166,00	
	Рис припущенный	180	176,00	
	Хлеб пшеничный	30	57,75	
	Кофейный напиток	200	176	
	ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		560	650,75
ОБЕД:	Салат овощной	100	100,00	
	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	127,00	
	Курица припущенная с маслом	100/5	197,	
	Макароны отварные	180	227,00	
	Хлеб ржаной	35	60,38	
	Хлеб пшеничный	30	57,75	
	Напиток лимонный	200	63,00	
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	140,00	
	ИТОГО ПО ПРИЁМУ ПИЩИ:		825	972,13
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1455	1622,88
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		4330	4193,02	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1443	1400	