

Согласовано:

Курисова
«18» января 2024 г.



Утверждаю:

Директор МОУ «Новоакшинская СОШ»

Старостина С. В. Старостина

«18» января 2024 г.

Меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания
учащихся 7 – 11 лет МОУ «Новоакшинская средняя общеобразовательная школа» Старошайговского муниципального района
Республики Мордовия на учебный год

Завтрак		Четверг (1 неделя)												
182	Каша манная с маслом	150/5	7,3	9,2	30,46	234	190,46	24,4	149,2	0,45	0,09	0,828	27,9	0,72
	Масло порционно	20	16	1	70	250	250	50	250	2	0,02		0,01	5,99
377	Чай с лимоном	200/7/15	0,13	0,02	15,2	62	14,2	2,4	4,4	0,36		2,83	0,1	
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,32	18,08	84,56	12,2	16,4	48	0,92	0,08			0,4
	ИТОГО:	437	26,27	10,54	133,74	630,56	466,86	93,2	451,6	3,730	0,190	3,658	28,01	7,11
Обед														
52	Салат из свеклы отварной	60	0,96	3,6	6,6	62,4	0	0,02	0	17,5	43,46	32,74	15,22	
82	Борщ из свежей капусты с мясом	200/40	1,8	4,92	10,93	199	49,73	26,1	54,6	1,2	0,05	10,68	0,03	2,75
492	Плов из мяса птицы	150	29,4	29,82	56,91	618,87	28,5	40,53	131,5	4,47	0,12	0,72	14,6	0,49
389	Сок фруктовый	200	1		20,2	84,8	14	14	8	2,8	0,02	4		
	Хлеб пшеничный 1 сорта	40	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,42	0,16	9,04	42,28	6,1	8,2	24	0,46	0,04			0,2
	ИТОГО:	720	37,78	35,27	125,70	1079,62	107,53	102,03	251,7	9,73	0,55	15,4	14,63	4,24

Согласовано:

Куриасова

«18» января 2024 г.



Утверждаю:

Директор МОУ «Новоакшинская СОШ»

С. В. Старостина

«18» января 2024 г.

Меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания учащихся 11 – 17 лет МОУ «Новоакшинская средняя общеобразовательная школа» Старошайговского муниципального района Республики Мордовия на учебный год

Завтрак		Четверг (1 неделя)												
182	Каша манная с маслом	200/5	10,2	12,8	42,3	325	264,5	33,9	207,2	0,625	0,125	1,15	38,75	1
8	Бутерброд с сыром	30/20	16	1	70	250	250	50	250	2	0,02		0,01	5,99
377	Чай с лимоном	200/7/15	0,13	0,02	15,2	62	14,2	2,4	4,4	0,36		2,83	0,1	
	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,25	25,1	118,4	11,5	16,5	42	1	0,125			1
	Фрукты свежие	100	1,6		70	137	10,4	15,6	36,4	0,08	0,05	15	0,03	0,39
ИТОГО:		600	31,83	14,07	236,67	892,4	550,6	118,4	540	4,065	0,320	18,98	38,89	8,38
Обед														
52	Салат из свеклы отварной	100	0,96	3,6	6,6	62,4	0	0,02	0	17,5	43,46	32,74	15,22	
82	Борщ из свежей капусты с мясом	250/40	2,16	5,9	13,11	124,6	59,68	31,4	65,52	1,44	0,06	12,81		3,3
492	Плов из мяса птицы	200	34,3	34,79	66,395	722,015	33,25	47,285	153,42	5,215	0,14	0,84	17	0,57
389	Сок фруктовый	200	1		20,2	84,8	14	14	8	2,8	0,02	4		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,960	0,520	17,280	84,400	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50	
	Хлеб пшеничный	60	4,560	0,540	27,720	132,600	6,1	8,2	24	0,46	0,04			0,2
ИТОГО:		850	46,04	41,92	153,22 5	1188,315	113,53	100,885	251,94	9,915	0,26	17,65	46,5	4,07