

«Утверждаю»
Директор МКОУ Бутчинская СОШ
Куйбышевского района
Калужской области

М.М.Астахова
Приказ № 23/1 от 01.04.2024



**Основное меню приготавливаемых блюд
бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов
на 10 дней (2023-2024 учебный год)
муниципального казённого общеобразовательного учреждения
Бутчинская средняя общеобразовательная школа**

День: понедельник Неделя: первая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7-11лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	День №1 – завтрак:					
№390	Каша вязкая с маслом и сахаром молочная, манная	150	4,68	4,58	14,78	118,98
№442	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,8	86
№368	Банан	100	1,5	0,5	21	96
№42	Бутерброд с маслом и сыром	50	3,38	8,32	17,20	157,60
	День№1 - обед					
№36	Суп гороховый с гречками	200	5,49	5,28	16,33	134,75
№304	Плов из птицы	180	20,30	17,00	35,69	377,00
№859	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	110,00
№ 12	Салат из кукурузы консервированной	60	1,13	6,18	4,72	79,1
№879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
Итого:		1200	42,12	43,04	152,57	1272,23

День: вторник Неделя: первая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7-11 лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
День №2 - завтрак						
№207	Макароны, запечённые с сыром	200	9,56	8,58	39,24	272
№376	Чай	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№338	Яблоки	100	3	0,00	47,2	200
№15	Пряники	10	0,59	0,47	7,5	36,6
День №2 - обед						
№187	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей	200	1,4	3,91	6,79	67,80
№491	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2
№694	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,45	137,25
№307	Котлета рубленая из птицы	90	10,9	15,73	8,88	220,5
№377	Чай с лимоном	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
№ 45	Винегрет овощной	60	0,82	3,71	5,06	56,88
ИТОГО:		1310	45,51	42,18	152,04	1403,63

День: четверг Неделя: первая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7- 11 лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	День№4 – завтрак					
№ 94	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,8	5,48	18,75	146,80
№376	Чай	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№ 1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,4	8,6	14,6	146
№338	Мандарины	100	0,1	0,2	9,00	42
№333	Зефир	10	0,008	0,008	7,98	32,30
	День№4 - обед					
№91	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10	2,16	3,44	13,44	116
№679	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150	7,46	5,61	35,84	230,45
№286	Тефтели куриные	90	5,37	7,26	8,38	125,44
№382	Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,2
№13	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
Итого:		1320	36,23	39,89	143,37	1249,92

День: среда Неделя: первая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7- 11 лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	День №3 – завтрак					
№ 438	Омлет натуральный со сливочным маслом	180	17,12	26,59	3,18	321,52
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 442	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,8	86
№338	Груши	100	3	0,00	47,2	200
	День №3 - обед					
№204	Суп картофельный с крупой(рис)	200	1,58	2,19	11,06	72,60
№859	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
№277	Гуляш мясной из свинины	90	15,90	12,82	4,08	194,90
№868	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,0	24,76	94,20
№54	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
Итого:		1300	53,02	52,07	147,97	1399

День: пятница Неделя: первая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7-11 лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	День№5 – завтрак					
№272	Каша из хлопьев овсяных , жидкая	200	5,07	9,4	29,2	225,3
№376	Чай	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№338	Банан	100	1,5	0,5	21	96
№14	Печенье	10	0,5	1,42	5,83	40,02
	День№5 - обед					
№81	Борщ с мясом кур	200	7,53	7	14,67	151,67
№491	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2
№ 244	Рыба припущенная	100	7,65	1,01	3,18	52,50
№ 145	Картофель тушеный с луком	150	4,8	7,8	34,32	227,04
№81	Квашеная капуста	60	0,95	3	4,6	49,9
№377	Чай с лимоном	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
Итого:		1320	44,18	35,11	129,72	1255,03

День: понедельник Неделя: вторая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7-11лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	День №1 – завтрак:					
№ 390	Каша вязкая с маслом и сахаром молочная, манная	150	4,68	4,58	14,78	118,98
№ 442	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,8	86
№ 368	Банан	100	1,5	0,5	21	96
№ 42	Бутерброд с маслом и сыром	50	3,38	8,32	17,20	157,60
	День№1 - обед					
№ 36	Суп гороховый с гречками	200	5,49	5,28	16,33	134,75
№ 304	Плов из птицы	180	20,30	17,00	35,69	377,00
№ 859	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	110,00
№ 12	Салат из кукурузы консервированной	60	1,13	6,18	4,72	79,1
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
Итого:		1200	42,12	43,04	152,57	1272,23

День: вторник Неделя: вторая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7-11 лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
День №2 - завтрак						
№207	Макароны, запечённые с сыром	200	9,56	8,58	39,24	272
№376	Чай	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№338	Яблоки	100	3	0,00	47,2	200
№15	Пряники	10	0,59	0,47	7,5	36,6
День №2 - обед						
№187	Щи из свежей капусты с Картофелем и курицей	200	1,4	3,91	6,79	67,80
№491	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2
№694	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,45	137,25
№307	Котлета рубленая из птицы	90	10,9	15,73	8,88	220,5
№377	Чай с лимоном	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
№ 45	Винегрет овощной с луком репчатым	60	0,82	3,71	5,06	56,88
ИТОГО:		1310	45,51	42,18	152,04	1403,63

День: среда Неделя: вторая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7- 11 лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	День №4 – завтрак					
№ 438	Омлет натуральный со сливочным маслом	180	17,12	26,59	3,18	321,52
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 442	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,8	86
№338	Груши	100	3	0,00	47,2	200
	День №4 - обед					
№204	Суп картофельный с крупой(рис)	200	1,58	2,19	11,06	72,60
№859	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
№277	Гуляш мясной из свинины	90	15,90	12,82	4,08	194,90
№868	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,0	24,76	94,20
№54	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
Итого:		1300	53,02	52,07	147,97	1399

День: четверг Неделя: вторая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			7- 11 лет	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
День №3 – завтрак						
№ 94	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,8	5,48	18,75	146,80
№376	Чай	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№ 1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,4	8,6	14,6	146
№338	Мандарины	100	0,1	0,2	9,00	42
№333	Зефир	10	0,008	0,008	7,98	32,30
День №3 - обед						
№ 91	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	200/10	2,16	3,44	13,44	116
№679	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150	7,46	5,61	35,84	230,45
№286	Тефтели куриные	90	5,37	7,26	8,38	125,44
№382	Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,2
№13	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
Итого:		1320	36,23	39,89	143,37	1249,92

День: пятница Неделя: вторая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
		7-11 лет				
1	2	3	4	5	6	7
	День №5 – завтрак					
№272	Каша из хлопьев овсяных , жидкая	200	5,07	9,4	29,2	225,3
№376	Чай	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 338	Банан	100	1,5	0,5	21	96
№14	Печенье	10	0,5	1,42	5,83	40,02
	День №5 - обед					
№81	Борщ с мясом кур	200	7,53	7	14,67	151,67
№491	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2
№ 244	Рыба припущенная	100	7,65	1,01	3,18	52,50
№ 145	Картофель тушеный с луком	150	4,8	7,8	34,32	227,04
№81	Квашенная капуста	60	0,95	3	4,6	49,9
№377	Чай с лимоном	200	4,51	1,14	7,71	112,55
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
Итого:		1320	44,18	35,11	129,72	1255,03