

«Утверждаю»  
Директор МКОУ Бутчинская СОШ  
Куйбышевского района  
Калужской области  
М.М.Астахова

Приказ № 23/1 от 01.04.2024



**Основное меню приготавливаемых блюд  
горячего питания обучающихся 12 лет и старше  
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)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>День №1 – завтрак:</b>					
№390	Каша вязкая с маслом и сахаром молочная, манная	200	6,24	6,10	19,70	158,64
№ 42	Бутерброд с маслом и сыром	50	3,38	8,32	17,20	157,60
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	14,00	28,00
	<b>День№1- обед:</b>					
№36	Суп гороховый с гренками	250	13,35	5,22	51,28	293,91
№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
<b>Итого:</b>		1200	51,48	43,8	165,73	1317,05

День: вторник    Неделя: первая    Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
<b>День №2 - завтрак</b>						
№207	Макароны, запечённые с сыром	200	9,56	8,58	39,24	272
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14	28
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
<b>День №2 - обед</b>						
№187	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,89	8,49	84,75
№491	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2
№694	Картофельное пюре	200	4,08	6,40	27,26	183,00
№307	Котлета рубленая из птицы	100	12,13	17,40	9,86	245
№ 45	Винегрет овощной с луком репчатым	100	1,36	6,18	8,44	94,80
№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
<b>ИТОГО:</b>		1350	40,75	47,29	116,5	1207,6

День: четверг    Неделя: первая    Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>День №4 – завтрак</b>					
№ 94	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,8	5,48	18,75	146,80
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14	28
№ 1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,4	8,6	14,6	146
	<b>День №4 - обед</b>					
№ 91	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	250/10	2,7	4,3	16,8	145
№679	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180	8,95	6,73	43	276,53
№286	Тефтели куриные	100	7,36	8,06	9,31	139,37
№382	Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,2
№13	Салат из свежих огурцов	100	0,76	6,09	2,38	67,3
№ 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:	1340	36,13	43,76	145,08	1207

День: среда Неделя: первая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>День №3 – завтрак</b>					
№ 438	Омлет натуральный со сливочным маслом	180	17,12	26,59	3,18	321,52
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14	28
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
	<b>День №3 - обед</b>					
№204	Суп картофельный с крупой( рис)	250	2,5	2,79	17	90,75
№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	100	1,43	6,08	8,37	93,90
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
<b>Итого:</b>		1290	50,71	54,9	104,26	1196,71

День: пятница Неделя: первая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
		12 лет и старше				
	<b>День №5 – завтрак</b>					
№272	Каша из хлопьев овсяных , жидкая	200	5,07	9,4	29,2	225,3
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14	28
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
	<b>День №5 - обед</b>					
№81	Борщ с мясом кур	250	9,41	8,75	18,33	189,58
№ 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 тушёный с луком	200	6,4	10,4	45,76	302,72
№81	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,2
№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
<b>Итого:</b>		1350	41,98	38,39	127,34	1181,35

День: понедельник    Неделя: вторая    Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>День №1 – завтрак:</b>					
№390	Каша вязкая с маслом и сахаром молочная, манная	200	6,24	6,10	19,70	158,64
№ 42	Бутерброд с маслом и сыром	50	3,38	8,32	17,20	157,60
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	14,00	28,00
	<b>День№1- обед:</b>					
№36	Суп гороховый с гречками	250	13,35	5,22	51,28	293,91
№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	100	2,88	6,18	8,04	99,30
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	49,62
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4
	<b>Итого:</b>	1200	51,48	43,8	165,73	1317,05

День: вторник    Неделя: вторая    Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
<b>День №2 - завтрак</b>						
№207	Макароны, запечённые с сыром	200	9,56	8,58	39,24	272
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14	28
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
<b>День №2 - обед</b>						
№187	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,89	8,49	84,75
№491	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2
№694	Картофельное пюре	200	4,08	6,40	27,26	183,00
№307	Котлета рубленая из птицы	100	12,13	17,40	9,86	245
№ 45	Винегрет овощной с луком репчатым	100	1,36	6,18	8,44	94,80
№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
<b>ИТОГО:</b>		1350	40,75	47,29	116,5	1207,6



День: четверг Неделя: вторая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>День№4 – завтрак</b>					
№ 94	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,8	5,48	18,75	146,80
№376	Чай с лимоном	200	0,2	0,00	14	28
№ 1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,4	8,6	14,6	146
	<b>День№4 - обед</b>					
№ 91	Рассольник петербургский	250/10	2,7	4,3	16,8	145
№679	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180	8,95	6,73	43	276,53
№286	Тефтели куриные	100	7,36	8,06	9,31	139,37
№382	Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,2
№13	Салат из свежих огурцов	100	0,76	6,09	2,38	67,3
№ 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:		1340	36,13	43,76	145,08	1207

День: среда Неделя: вторая Сезон: Весенний

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			12 лет и старше	Б	Ж	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>День №3 – завтрак</b>					
№ 438	Омлет натуральный со сливочным маслом	180	17,12	26,59	3,18	321,52
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14	28
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
	<b>День №3 - обед</b>					
№204	Суп картофельный с крупой( рис)	250	2,5	2,79	17	90,75
№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	100	1,43	6,08	8,37	93,90
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
№ 879	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,30
<b>Итого:</b>		1290	50,71	54,9	104,26	1196,71



№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
		12 лет и старше				
1	2	3	4	5	6	7
	<b>День №5 – завтрак</b>					
№272	Каша из хлопьев овсяных , жидкая	200	5,07	9,4	29,2	225,3
№376	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14	28
№ 878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,50
	<b>День №5 - обед</b>					
№81	Борщ с мясом кур	250	9,41	8,75	18,33	189,58
№ 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 тушёный с луком	200	6,4	10,4	45,76	302,72
№81	Салат из квашеной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,2
№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
<b>Итого:</b>		1350	41,98	38,39	127,34	1181,35