

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ СОШ №7

г. Балашова

Саратовской области

Н.Н. Шехматова

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Поляков А.М.

Поляков А.М.



Примерное десятидневное меню для школ города Балашова

-для обучающихся 1-4 классов из многодетных и малоимущих семей; детей из семей, находящихся в социально-опасном положении (посещающих группу продленного дня);

1 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Борщ из свежей капусты	1/170	1,36	3,54	8,84	72,08	82	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

2 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой	1/195	1,95	2,23	14,21	90,48	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

3 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/235	5,81	5,13	20,79	155,24	102	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		3,93

Итого: 14,00

4 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,7	2,9	9,9	77,0	103	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

5 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/170	1,36	3,54	8,84	72,08	88	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

6 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой	1/195	1,95	2,23	14,21	90,48	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

7 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/170	1,36	3,54	8,84	72,08	88	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

8 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/235	5,81	5,13	20,79	155,24	102	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

9 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,7	2,9	9,9	77,0	103	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00

10 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой	1/195	1,95	2,23	14,21	90,48	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,00

Итого: 14,00