



Утверждаю:

Директор МБОУ "Средняя школа № 41"

_____ Адволодкина И.М.

<< _____ >> _____ 2024г.

Меню приготовляемых блюд "19-23.05 2025г."

Возрастная категория: 12 лет и старше.

Неделя	20	День	1	19.05.2025					
Завтрак	Котлета из мяса говядины и печени с соусом сметанно-томатным, 100/30			130	13,98	11,34	14,42	216,75	268/М/ССЖ
	Каша гречневая рассыпчатая			180	8,35	5,66	37,75	235,01	171/М/ССЖ
	Чай с шиповником, 200/11			200	0,30	0,06	12,50	53,93	376/М/ССЖ
	Хлеб пшеничный, масло сливочное 40/10			50	3,24	7,65	19,45	160,10	14/М
	Груша			120	0,48	0,36	12,36	56,40	338/М
	Итого за завтрак:				26,35	25,07	96,48	722,18	
Обед	Салат из морской капусты с яйцом			100	2,10	12,19	6,33	143,95	32/М/ССЖ
	Суп картофельный с макаронами с говядиной, 240/10			250	5,15	10,51	19,97	189,47	102/М/ССЖ
	Рыба, запеченная с овощами в томатном соусе			100	18,05	7,83	6,80	170,62	232/М/ССЖ
	Картофельное пюре			180	2,99	5,27	16,39	129,80	128/М/ССЖ
	Компот из сухофруктов, 200/11			200	0,37	0,02	21,01	86,90	349/М/ССЖ
	Хлеб пшеничный			30	1,90	0,24	11,59	56,40	
	Хлеб ржано-пшеничный			60	3,96	0,72	23,78	118,80	
	Итого за обед:				34,52	36,77	105,88	895,94	
Полдник									
	Итого за полдник:				0,00	0,00	0,00	0,00	

Итого за день:			60,87	61,85	202,36	1618,13	
-----------------------	--	--	--------------	--------------	---------------	----------------	--

Неделя	20	День	2	20.05.2025				
Завтрак		Хлопья кукурузные с молоком	200	6,45	4,59	22,76	160,02	172/М
		Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377/М/ССЖ
		Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр полутвердый 40/10/15	65	6,72	12,08	19,45	214,70	14/М, 15/М
		Груша	120	0,48	0,36	12,36	56,40	338/М
Итого за завтрак:				13,91	17,06	65,83	478,91	
Обед		Салат из свежих томатов и огурцов	100	1,34	8,68	4,51	101,70	24/М/ССЖ
		Суп крестьянский с рисом с говядиной со сметаной,	270	4,80	11,32	14,80	174,60	98/М/ССЖ
		Куриное филе в сырном соусе	100	17,92	14,91	0,80	207,25	322/К/ССЖ
		Макароны отварные	180	7,00	0,83	44,84	214,97	202/М/ССЖ
		Напиток из шиповника, 200/11	200	0,54	0,22	18,71	89,33	388/М/ССЖ
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
		Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	23,78	118,80	
		Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,40	338/М
Итого за обед:				38,39	37,46	133,69	1033,55	
Полдник								
Итого за полдник:				0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:				52,30	54,52	199,52	1512,46	

Неделя	20	День	3	21.05.2025				
Завтрак		Биточки из говядины	105	9,44	18,97	0,81	229,24	243/М
		Картофель запеченный по-деревенски	180	5,40	4,68	44,02	240,26	147/М/ССЖ
		Чай с сахаром	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377/М/ССЖ
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	
		Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,40	338/М

Итого за завтрак:			18,74	24,56	87,17	667,69	
Обед	Салат витаминный	100	2,64	8,33	6,28	138,94	53/М
	Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с говядиной, 240/10	250	5,51	9,96	21,75	194,34	102/М/ССЖ
	Рагу из овощей с курицей, 280	280	25,95	22,70	24,02	406,72	289/М/ССЖ
	Морс из брусники, 200/11	200	0,14	0,10	12,62	53,09	342/М/ССЖ
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	23,78	118,80	
Итого за обед:			40,57	42,11	102,94	982,39	
Полдник							
Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			59,31	66,67	190,11	1650,08	

Неделя	20	День	4	22.05.2025				
Завтрак	Суп молочный с макаронами	220	6,16	5,94	16,94	142,12		
	Чай ягодный (вишня)	200	3,16	0,40	19,32	94,00	377/М/ССЖ	
	Яйцо варёное	40	0,40	0,30	10,30	47,00	209/М	
	Масло сливочное	5	0,40	0,30	10,30	47,00	14/М	
	Сыр полутвердый	15	0,00	0,00	0,00	0,00	15/М	
	Батон	40	18,05	22,44	57,05	502,33		
	Груша	120	0,00	0,00	0,00	0,00	338/М	
Итого за завтрак:			28,17	29,38	113,91	832,45		
Обед	Суп гороховый с говядиной	250	8,25	9,98	19,28	575,11	102/М/ССЖ	
	Котлета домашняя со сметанно-томатным соусом	130	17,17	16,10	15,11	274,76	268/М/ССЖ	
	Каша гречневая, рассыпчатая, со сливочным маслом	180	8,35	5,66	37,75	235,01	171/М/ССЖ	
	Салат картофельный с кальмаром	100	6,18	5,79	9,80	116,58	89/М/ССЖ	
	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,63	78,69	348/М/ССЖ	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50		

Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			61,53	60,48	193,20	1568,17	
Среднее значение за период:			61,99	62,44	211,28	1747,43	