

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ Верещакевская СОШ

Приказ № 126 от 30.08.2023



СОГЛАСОВАНО:

Начальник Отдела образования
Новозыбковской городской администрации

 Г. Л. Резников

**Примерное двухнедельное меню на осенний период
для детей школьного возраста на 2023 учебный год
(обед)**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	N рецеп туры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя 1							
День 1							
обед	Суп картофельный с крупой	200	2,26	2,29	12,34	99,27	55
	Голубцы ленивые	100/30	9,37	9,56	7,04	151,73	160
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	300
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,99	
Итого		560	13,73	12,21	41,44	351,63	
День 2							
обед	Суп картофельный гороховый	200	1,87	3,11	10,89	79,03	45
	Плов из птицы	120	10,67	9,85	17,83	202,67	211
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	300
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,99	
Итого		550	14,64	13,32	50,78	382,33	
День 3							
обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,52	5,33	8,65	88,89	37
	Котлеты из птицы	50/3	9,35	1,97	7,78	85,83	322
	Макароны отварные	100	3,68	3,53	23,55	140,73	227
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	300
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,99	
Итого		583	16,65	11,19	62,04	416,08	
День 4							
обед	Суп картофельный	200	1,54	4,69	10,07	92,17	57
	Рагу из птицы	150	15,38	19,59	18,20	308,58	214
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	300
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,99	
Итого		580	19,02	24,64	50,33	501,38	
День 5							
обед	Суп картофельный с макаронами	200	2,26	2,29	17,41	99,27	47
	Котлеты рыбные	60/4	8,88	1,66	5,82	73,66	161
	Картофельное пюре	110	2,35	4,45	17,09	117,66	241
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	300
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,99	
Итого		604	15,59	8,76	62,38	391,22	