

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С. Н. Киселев,
М.П.
с. Пензенское

Меню
на 01 Июня 2024г.

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша гречневая со сливочным маслом	200	32,19	2,4	4,9	16,8	117,18
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Какао со сгущенным молоком	200	25,13	3,78	0,7	26	125
	Итого за завтрак	400	86,88	16,38	19,5	59,28	510,18
	Обед						
1	Суп фасолевый	250	57,08	11,5	10,25	50,25	339,15
2	Пюре картофельное	180	42,95	3,08	11,33	19,13	152
3	Котлета мясная	100	50,97	18	9,46	27,59	267
4	Салат из свежих овощей	100	45,64	2,9	2,46	2	34,2
5	Компот из свежих фруктов и ягод	200	37,12	0,2	0,2	28,4	116,2
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	750	243,12	40,14	34,7	161,23	1089,55
	Итого:		330				

Повар: Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское



Меню
на 3 Июня 2024г.

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша рисовая молочная	200	48,92	3,6	5,25	38,7	216
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
	Итого за завтрак	500	84,52	14,6	19,29	69,98	558
	Обед						
1	Свекольник со сметаной, яйцом	250	68,24	6,9	10,9	36,73	272,6
2	Жаркое по домашнему	280	70,74	9,78	14,1	19,8	317
3	Салат из свежих овощей	100	45,64	2,9	2,46	2	34,2
4	Компот из сухофруктов	200	10,1	0,5	0,2	23,1	96
5	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
6	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
7	Яблоко	200	41,4	1,8	8,4	19,3	147
	Итого за обед	750	245,48	26,34	37,06	134,79	1047,8
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:

Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев.

М.П.



**Меню
на 04 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Омлет натуральный	200	42,09	17,2	26,7	4,61	324,9
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	410	79,31	29,2	44	31,09	652,9
	Обед						
1	Суп Сахалинский	200	55,57	2,1	7,48	11,69	122,96
2	Картофельное пюре	140/10	42,95	3,08	11,33	19,13	152
3	Котлета мясная	80	50,97	18	9,46	27,59	267
4	Огурец свежий порциями	60	28,2	0,42	0,06	1,14	6,2
5	Компот из кураги	200	16,64	1,3	0,08	44,68	185
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Коктейль молочный	200	47	5,6	5	18,8	144
	Итого за обед	750	250,69	34,96	34,41	156,89	1058,16
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев.

М.П. Пензенское



**Меню
на 5 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша из пшена и риса "Дружба"	200	48,2	6,21	7,93	27,71	150,75
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	400	85,42	18,21	25,23	54,19	478,75
	Обед						
1	Борщ со сметаной	250	68,24	8,25	9,5	21,75	196
2	Макароны	180	19,64	7,14	0,74	25,6	189,9
3	Гуляш из мяса свинины	100	67,64	11,64	13,43	2,3	176,63
4	Салат из консервированных огурцов	100	29,6	0,3	2	1,3	24,12
5	Компот из сухофруктов	200	10,1	0,5	0,2	23,1	96
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Сок фруктовый	200	40	1	0,2	20,2	87
	Итого за обед	750	244,58	33,29	27,07	128,11	950,65
	Итого:		330				

Повар:

Н.В.Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское



**Меню
на 6 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Сырники со сгущенным молоком	200	82,97	16,4	14,9	47,3	388,9
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	400	120,19	28,4	32,2	73,78	716,9
	Обед						
1	Суп лапша куриный	250	66,28	31,39	9,84	152,44	127,75
2	Плов из свинины	280	78,45	17,96	18,8	26	345,04
3	Помидор консервированный	100	18,6		0,05	1,75	9,69
4	Компот из свежих фруктов	200	37,12	0,2	0,2	28,4	116,2
5	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
6	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	760	209,81	54,01	29,89	242,45	779,68
	Итого:		330				

Повар: *Н.В. Иванова*

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское



**Меню
на 7 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша кукурузная молочная с маслом	200	32,48	6,21	5,28	27,9	184
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
	Итого за завтрак	400	69,7	18,21	22,58	54,38	512
	Обед						
1	Рассольник с мясом и сметаной	250	48,25	15,52	13,2	69,75	460
2	Гречка рассыпчатая	180	15,37	4,41	6,96	46,32	132,3
3	Печень по строгановски	100	43,18	4,41	6,96	46,32	132,3
4	Помидор/огурец порционный	100	45,64	2,9	2,46	2	34,2
5	Компот из сухофруктов	200	10,1	0,5	0,2	23,1	96
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Яблоко	200	41,4	1,8	8,4	19,3	147
9	Коктейль молочный	200	47	5,6	5	18,8	144
	Итого за обед	750	260,3	39,6	44,18	259,45	1326,8
	Итого:		330				

Повар:

Н.В.Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н. Киселев.



Меню
на 08 Июня 2024г.

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшениная молочная	200	39,86	9,9	8,1	33,93	248,22
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Какао со сгущенным молоком	200	25,13	3,78	0,7	26	125
	Итого за завтрак	400	94,55	23,88	22,7	76,41	641,22
	Обед						
1	Свекольник со сметаной, яйцом	250	55,37	6,9	10,9	36,73	272,6
2	Рис отварной	180	17,28	2,38	5,26	4,24	162
3	Рыба тушеная с овощами в том. соусе	100	69,6	0,52	3,06	2,16	38
4	Помидор консервированный	100	18,6	0,56	0,05	1,75	9,69
5	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Апельсин	200	59,2	0,8	0,3	9,6	59
	Итого за обед	750	235,45	16,42	20,71	103,14	796,29
	Итого:		330				

Повар:

Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское
С.Н.Киселев.



**Меню
на 10 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Запеканка творожная со сгущенным молоком	200	82,97	4,02	6,6	53,6	236
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
	Итого за завтрак	500	118,57	15,02	20,64	84,88	578
	Обед						
1	Суп гороховый	250	57,08	11,5	10,25	50,25	339,15
2	Картофельное пюре	180	42,95	3,08	11,33	19,13	152
3	Тефтели мясные в томатном соусе	100	40,65	4,51	13,83	10,57	174,22
4	Салат "Витаминный"	100	55,35	0,54	2,82	12,6	39,6
5	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	750	211,43	24,89	39,37	141,21	959,97
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское
С.Н.Киселев



**Меню
на 11 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшеничная молочная	200	52,48	6,44	7,53	33,38	193
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	410	89,7	18,44	24,83	59,86	521
	Обед						
1	Суп с мясными фрикадельками	250	65,84	6,18	5,52	15,54	136,56
2	Макароны отварные с сыром	180	67,06	19,46	15,24	90,63	577,54
3	Компот из кураги	200	16,64	1,3	0,08	44,68	185
4	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
5	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
6	Сок фруктовый	200	40	1	0,2	20,2	87
7	Яблоко	200	41,4	1,8	8,4	19,3	147
	Итого за обед	750	240,3	34,2	30,44	224,21	1314,1
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:

Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев.

М.П. Пензенское



**Меню
на 13 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшенная молочная	200	37,54	9,9	8,1	33,93	248,22
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	400	74,76	21,9	25,4	60,41	576,22
	Обед						
1	Суп картофельный с рыбными консервами	250	46,57	21,6	15,7	32,45	357,5
2	Салат картофельный	180	42,95	3,06	9,54	18,9	172,8
3	Котлета мясная	100	50,97	18	9,46	27,59	267
4	Чай с сахаром	200	4,79	1,14	3,06	2,54	79
5	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
6	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
7	Апельсин	200	59,2	0,8	0,3	9,6	59
8	Яблоко	200	41,4	1,8	8,4	19,3	147
	Итого за обед	750	255,24	50,86	47,46	144,24	1263,3
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

У СОШ с. Пензенское
С.Н. Киселев, СОШ
с. Пензенское
ИНН 6516302670

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша манная молочная	200	44,7	13,21	11,92	26,33	265,44
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
	Итого за завтрак	400	81,92	25,21	29,22	52,81	593,44
	Обед						
1	Суп мясной с клецками	250	54,95	4,16	5,68	15,27	119,34
2	Плов из свинины	280	78,45	17,96	18,8	26	345,04
3	Огурец /помидор свежий порциями	100	28,2	0,42	0,06	1,14	6,2
4	Компот из свежих фруктов	200	37,12	0,2	0,2	28,4	116,2
5	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
6	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
7	Сок фруктовый	200	40	1	0,2	20,2	87
	Итого за обед	1130	248,08	28,2	25,94	124,87	854,78
	Всего:		330				

Повар: Иванова Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев,
М.П. Пензенское



**Меню
на 15 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша кукурузная молочная с маслом	200	39,66	6,21	5,28	27,9	184
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	600	76,88	18,21	22,58	54,38	512
	Обед						
1	Суп фасолевый	250	67,08	11,5	10,25	50,25	339,15
2	Пюре картофельное	180	42,95	3,08	11,33	19,13	152
3	Котлета мясная	100	50,97	18	9,46	27,59	267
4	Салат из свежих овощей	100	45,64	2,9	2,46	2	34,2
5	Компот из свежих фруктов и ягод	200	37,12	0,2	0,2	28,4	116,2
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	930	253,12	40,14	34,7	161,23	1089,55
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев,
М.П.



**Меню
на 17 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша рисовая молочная	200	48,92	3,6	5,25	38,7	216
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
4							
	Итого за завтрак	500	84,52	14,6	19,29	69,98	558
	Обед						
1	Свекольник со сметаной, яйцом	250	68,24	6,9	10,9	36,73	272,6
2	Жаркое по домашнему	280	70,74	9,78	14,1	19,8	317
3	Салат из свежих овощей	100	45,64	2,9	2,46	2	34,2
4	Компот из сухофруктов	200	10,1	0,5	0,2	23,1	96
5	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
6	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
7	Яблоко	200	41,4	1,8	8,4	19,3	147
	Итого за обед	750	245,48	26,34	37,06	134,79	1047,8
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское
С.Н. Киселев

М.П.



**Меню
на 18 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев. оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Омлет натуральный	200	42,09	17,2	26,7	4,61	324,9
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	410	79,31	29,2	44	31,09	652,9
	Обед						
1	Суп Сахалинский	250	55,57	2,1	7,48	11,69	122,96
2	Картофельное пюре	180	42,95	3,08	11,33	19,13	152
3	Котлета мясная	100	50,97	18	9,46	27,59	267
4	Огурец свежий порциями	100	28,2	0,42	0,06	1,14	6,2
5	Компот из кураги	200	16,64	1,3	0,08	44,68	185
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Коктейль молочный	200	47	5,6	5	18,8	144
	Итого за обед	750	250,69	34,96	34,41	156,89	1058,16
	Итого:		330				

Повар: *Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с.Пензенское
С.Н.Киселев.



**Меню
на 19 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша из пшена и риса "Дружба"	200	48,2	6,21	7,93	27,71	150,75
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	600	85,42	18,21	25,23	54,19	478,75
	Обед						
1	Борщ со сметаной	250	68,24	8,25	9,5	21,75	196
2	Макароны	180	19,64	7,14	0,74	25,6	189,9
3	Гуляш из мяса свинины	100	67,64	11,64	13,43	2,3	176,63
4	Салат из консервированных	100	29,6	0,3	2	1,3	24,12
5	Компот из сухофруктов	200	10,1	0,5	0,2	23,1	96
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Сок фруктовый	200	40	1	0,2	20,2	87
	Итого за обед	760	244,58	33,29	27,07	128,11	950,65
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское



**Меню
на 20 Мая 2024г.**

1-4 кла ОБЗ

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углевод. г	
	ЗАВТРАК						
1	Сырники со сгущенным молоком	200	82,97	16,4	14,9	47,3	388,9
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	400	120,19	28,4	32,2	73,78	716,9
	Обед						
1	Суп лапша куринный	250	66,28	31,39	9,84	152,44	127,75
2	Плов из свинины	280	78,45	17,96	18,8	26	345,04
3	Помидор консервированный	100	18,6		0,05	1,75	9,69
4	Компот из свежих фруктов	200	37,12	0,2	0,2	28,4	116,2
5	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
6	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	750	209,81	54,01	29,89	242,45	779,68
	Итого:		330				

Повар: *Н.В.Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев
М.П.



**Меню
на 21 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев. оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша кукурузная молочная с маслом	200	32,48	6,21	5,28	27,9	184
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
	Итого за завтрак	400	69,7	18,21	22,58	54,38	512
	Обед						
1	Рассольник с мясом и сметаной	250	48,25	15,52	13,2	69,75	460
2	Гречка рассыпчатая	180	15,37	4,41	6,96	46,32	132,3
3	Печень по строгановски	100	43,18	4,41	6,96	46,32	132,3
4	Помидор/огурец порционный	100	45,64	2,9	2,46	2	34,2
5	Компот из сухофруктов	200	10,1	0,5	0,2	23,1	96
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Яблоко	200	41,4	1,8	8,4	19,3	147
9	Коктейль молочный	200	47	5,6	5	18,8	144
	Итого за обед	750	260,3	39,6	44,18	259,45	1326,8
	Итого:		330				

Повар:

Н.В.Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н.Киселев

М.П. Пензенское



Меню
на 22 Июня 2024г.

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшениная молочная	200	39,86	9,9	8,1	33,93	248,22
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Какао со сгущенным молоком	200	25,13	3,78	0,7	26	125
	Итого за завтрак	400	94,55	23,88	22,7	76,41	641,22
	Обед						
1	Свекольник со сметаной, яйцом	250	55,37	6,9	10,9	36,73	272,6
2	Рис отварной	180	17,28	2,38	5,26	4,24	162
3	Рыба тушеная с овощами в том. соусе	100	69,6	0,52	3,06	2,16	38
4	Помидор консервированный	100	18,6	0,56	0,05	1,75	9,69
5	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
8	Апельсин	200	59,2	0,8	0,3	9,6	59
	Итого за обед	750	235,45	16,42	20,71	103,14	796,29
	Итого:		330				

Повар:

Н.В.Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:

Директор школы МБОУ СОШ с Пензенское

С.Н.Киселев.

М.П.

**Меню
на 24 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимост ь блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Запеканка творожная со сгущенным	200	82,97	4,02	6,6	53,6	236
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
4							
	Итого за завтрак	500	118,57	15,02	20,64	84,88	578
	Обед						
1	Суп гороховый	250	57,08	11,5	10,25	50,25	339,15
2	Картофельное пюре	180	42,95	3,08	11,33	19,13	152
3	Тефтели мясные в томатном соусе	100	40,65	4,51	13,83	10,57	174,22
4	Салат "Витаминный"	100	55,35	0,54	2,82	12,6	39,6
5	Чай Каркаде	200	6,04	0,8	0,14	14,8	74
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
7	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
	Итого за обед	750	211,43	24,89	39,37	141,21	959,97
	Итого:		330				

Повар:

Н.В.Иванова

Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н. Киселев
М.П. МБОУ СОШ с. Пензенское

ИИН 6516301620

**Меню
на 25 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда	Выход гр.	Стоимос ть блюда	Химический состав			Энергетичес кая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углев оды. г	
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшеничная молочная	200	52,48	6,44	7,53	33,38	193
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	410	89,7	18,44	24,83	59,86	521
	Обед						
1	Суп с мясными фрикадельками	250	65,84	6,18	5,52	15,54	136,56
2	Макароны отварные с сыром	180	67,06	19,46	15,24	90,63	577,54
3	Компот из кураги	200	16,64	1,3	0,08	44,68	185
4	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
5	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
6	Сок фруктовый	200	40	1	0,2	20,2	87
7	Яблоко	200	41,4	1,8	8,4	19,3	147
	Итого за обед	760	240,3	34,2	30,44	224,21	1314,1
	Итого:		330				

Повар: *Н.В. Иванова* Н.В.Иванова

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ с. Пензенское

С.Н. Киселев
М.П.



**Меню
на 26 Июня 2024г.**

№ п/п	Наименование блюда Завтрак	Выход гр.	Стоимость блюда	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки. г	Жиры. г	Углевод. г	
	ЗАВТРАК						
1	Яйцо отварное с кабачковой икрой	200	27,4	5,8	8,36	5,02	119
2	Бутерброд с маслом, сыром	50/10/10	29,56	10,2	13,9	16,48	268
3	Чай с сахаром и лимоном	200	7,66	1,8	3,4	10	60
	Итого за завтрак	510	64,62	17,8	25,66	31,5	447
	Обед						
1	Щи из свежей капусты со сметаной	250	66,65	4,8	9	25,13	200,72
2	Гречка рассыпчатая	180	15,37	4,41	6,96	46,32	132,3
3	Котлета рыбная	100	87,31	10	8,7	20,2	231
4	Салат из отварной свеклы	100	17,39	1,42	6,09	10,2	93,9
5	Компот из сухофруктов	200	10,1	0,5	0,2	23,1	96
6	Хлеб пшеничный	50	4,68	3,16	0,4	19,32	94
	Хлеб ржаной	50	4,68	1,3	0,6	14,54	87
7	Апельсин	200	59,2	0,8	0,3	9,6	59
	Итого за обед	750	265,38	26,39	32,25	168,41	993,92
	Итого:		330				

Повар: *Иванова*

Н.В.Иванова