Утверждаю:
Директор МБОУ «Средняя школа № 41»
_____Адволодкина И.М.
«14» мая 2021 г.

Меню приготовляемых блюд
17 мая – 21 мая 2021г.

Возрастная категория 7 – 11 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белка	Жиры	Углеводы		
Неделя **38**. День **1**. 17.05.2021							
Завтрак	Каша гречневая	200	6,02	5,72	41,5	247,79	№ 537
	Сосиски	50	6,05	6,75	0	85,0	
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,325	9,95	50,25	
	Чай с лимоном	200	0,063	0	15,21	62,38	№ 11.36
Итого за завтрак			13,833	12,795	66,66	445,42	
Обед	Суп гречневый на мясном бульоне	250/10	8,4	5,48	16,1	139,5	№ 1.27
	Тефтели из мяса говядины	80	7,06	11,32	8	177,13	№ 848
	Капуста жаренная	200	4,01	3,42	7,54	94,01	№ 7,35
	Томаты в с/соку	50	0,55	0,055	1,75	10,0	
	Хлеб ржаной	50	3,4	0,65	19,90	100,5	
	Компот из с/фруктов	200	0,55	0,08	20,3	85,23	№ 11.106
	Булочка с маком	30	3,7	5,2	20,8	189,3	
Итого за обед			27,67	26,205	94,39	795,67	
Полдник	Компот из консерв. фруктов	200	0,5	0,2	32,4	133,4	
	Коржик молочный	70	4,89	8,43	46,48	281,0	
Итого за полдник			5,39	8,63	78,88	414,4	
Итого за день			46,89	47,63	239,93	1655,49	
Неделя **38**. День 2. 18 .05.2021							
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	7,42	8,54	35,57	251,75	№ 548
	Батон с маслом сливочным	40/5	4,05	4,35	20,05	137	
	Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,8	11.82

	Булочка с повидлом	40	2,82	2,34	20,43	125,6	
	Апельсины	100	0,9	0,2	8,1	43,0	
Итого за завтрак			15,87	15,71	93,81	614,15	
Обед	Суп гороховый	250	6,3	5,6	16,7	171,7	№ 6
	Гуляш	100	16,47	17,2	3,07	197,2	№ 827
	Морковно-картофельное пюре	200	4	5,52	17,93	140,1	№ 20
	Огурцы консервированные	50	0,4	2,755	0,04	35,0	
	Хлеб ржаной	50	3,4	0,65	19,9	100,5	
	Чай	200	0	0	0	0	№ 11.35
	Мармелад желейный	50	0,05	0	39,7	156,0	
Итого за обед			30,62	31,725	97,34	800,5	
Полдник	Компот из вишни	200	0,14	0,04	27,48	110,8	
	Слойка с творогом	60	11,09	8,34	23,76	214,5	
Итого за полдник			10,1	7,76	57,24	338,8	
Итого за день			56,59	55,195	248,390	1638,45	

Неделя **38**. День **3**. 19.05.2021

Завтрак	Каша гречневая на молоке	200	10,65	10,8	33,06	276,89	№ 33
	Батон с сыром	40/15	7,12	5,73	25,05	182,0	
	Чай	200	0	0	0	0	№ 11.35
	Зефир	30	0,2	0	24	97,0	
	Яблоки	80	0,32	0,320	7,84	37,6	
Итого за завтрак			18,29	16,85	89,95	593,49	
Обед	Суп картофельный с цветной капустой и мясом	250/15	7,35	8,38	5,0	135,39	
	Тефтели рыбные	100	9,59	5,41	17,51	130,12	№ 677
	Пюре картофельное с молоком и сливочным маслом	200	4,45	5,28	76,74	168,18	№ 946
	Салат из свежих овощей (помидоры, огурцы) с растительным маслом	100	1,0	8,0	3,1	91,7	№ 9..87
	Хлеб ржаной	50	3,4	0,65	19,9	100,5	
	Сок фруктовый	200	1,4	0,4	22,8	102,0	
	Печенье	30	2,2	2,8	21,9	122,0	

Итого за обед			29,39	30,92	166,95	849,89	
Полдник	Молоко	200	5,6	6,4	9,4	118,0	
	Блины с повидлом	120	5,18	6,2	29,82	196,0	
Итого за полдник			10,78	12,6	39,22	314,0	
Итого за день			58,46	60,37	296,12	1757,38	
Неделя **38**. День **4**. 20.05.2021							
Завтрак	Капуста белокочанная тушеная с томатом	200	3,08	4,7	9,96	148,07	№ 440
	Колбаса вареная	100	12,1	13,5	0	170,0	
	Хлеб пшеничный	25	2	0,375	10,025	52,0	
	Чай с сахаром	200	0	0	20	79,8	№ 11.36
	Булочка	40	2,82	2,34	20,43	125,6	
Итого за завтрак			20	20,915	60,415	575,47	
Обед	Свекольник на мясном бульоне	250/10	4,8	7,38	14,1	135,6	№ 263
	Минтай тушеный под маринадом	100	10,34	3,065	2,39	101,8	№ 640
	Рис отварной рассыпчатый	200	4,94	5,72	52,21	279,02	№ 934
	Свежий огурец	100	1,3	5,19	2,81	63,4	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118,0	
	Компот из с/фруктов	200	0,55	0,08	20,3	85,23	№ 11.106
	Печенье	30	2,2	2,8	21,9	122	
Итого за обед			27,93	24,635	138,31	905,05	
Полдник	Чай с сахаром	200	0	0	20	79,8	№ 11.36
	Сосиска в тесте	80	8,2	23,7	22,5	337,0	
	Груша	100	0,36	0,27	9,27	41,4	
Итого за полдник			8,56	23,97	51,77	458,2	
Итого за день			56,49	69,52	250,495	1938,72	

Неделя **38**. День **5**. 21.05.2021							
Завтрак	Лапшевник с творогом запеченный	200	15,28	16,72	39,6	372,08	№ 30
	Какао с пастеризованным молоком	200	3,87	3,8	25,06	151,36	№ 11.53
	Киви	120	1,0	0,56	10,2	55,4	
Итого за завтрак			20,15	21,08	74,86	578,84	
Обед	Щи на мясном бульоне	250/10	4,8	7,5	7,8	86,2	№ 2.28
	Котлета мясная	80	14,4	13,27	10,3	184,22	№ 10
	Картофель отварной	200	3,85	0,79	31,6	144,76	№ 423
	Икра из кабачков	100	1,9	8,9	7,7	119,0	
	Хлеб ржаной	50,	3,4	0,65	19,9	100,5	
	Компот из кураги	200	0,55	0,08	20,3	85,23	№ 11.106
Итого за обед			28,9	31,19	97,6	719,91	
Полдник	Ряженка	200	6,0	6,4	8,4	116,0	
	Булочка с повидлом	80	6,18	3,22	55,32	275,0	
Итого за полдник			12,18	9,62	63,72	391,0	
Итого за день			61,23	61,89	236,18	1689,75	