

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Макароны отварные с сыром	145	8,98	9,67	21,95	210,73	0,00
Батон пшеничный с маслом	35	2,14	6,60	12,79	119,00	0,00
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	1,43
Итого:	360	11,24	16,29	44,94	370,73	1,43
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00
ОБЕД						
Овощи по сезону	30	0,33	0,06	1,14	6,60	5,25
Суп картофельный	180	1,87	2,26	13,30	81,00	6,60
Каша пшеничная вязкая	130	3,47	3,68	21,28	132,08	15,74
Птица тушеная в соусе	80	12,25	3,38	2,93	90,83	0,34
Хлеб пшеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00
Хлеб ржано - пшеничный	20	3,08	0,56	15,08	80,40	0,00
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	1,29
Итого	650	25,19	10,35	103,32	610,11	29,22
Полдник						
Пирожки печеные с яблоком	50	8,71	6,75	26,04	199,50	0,01
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03
Итого:	230	8,77	6,77	36,03	239,50	0,04
ИТОГО за весь день:	1340	45,60	33,81	194,09	1264,34	40,69

Директор МБОУ
«Соколинская начальная общеобразовательная
школа им.Панченко А.Я.»
Бахчисарайского района *В.А.Глушко* В.А.Глушко



МЕНЮ на 04.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная манная	205	3,18	3,89	21,44	134,00	205
Батон пшеничный с маслом	35	2,14	6,60	12,79	119,00	35
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	180
Итого:	420	5,38	10,51	44,22	293,00	420
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	1,55
ОБЕД						
Борщ с капустой и картофелем	180	1,45	3,92	10,19	82,00	1,47
Овощи по сезону	30	0,30	0,03	0,58	3,60	8,23
Картофельное пюре	120	2,65	4,16	17,71	118,95	0,00
Котлеты мясные рубленые с соусом	65	12,44	9,24	12,56	183,00	0,71
Хлеб пшеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00
Хлеб ржано - пшеничный	20	3,08	0,56	15,08	80,40	0,00
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,20	87,84	0,30
Итого:	625	23,86	18,45	101,92	673,29	10,71
Полдник						
Пирог открытый	50	3,10	1,61	28,56	141,00	50
Кисель витаминизированный	180	0,51	0,05	23,00	91,00	180
Итого:	230	3,61	1,66	51,56	232,00	230
ИТОГО за весь день	1455	33,24	30,63	222,69	1299,99	1455

Директор МБОУ

«Соколинская начальная общеобразовательная

школа им. Панченко А.Я.»

Бахчисарайского район

В.А.Глушко



МЕНЮ на 05.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная рисовая	205	2,17	3,89	22,51	134,00	0,00
Батон пшеничный с маслом	35	2,14	6,60	12,79	119,00	0,07
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	1,17
Итого:	420	4,37	10,51	45,29	293,00	1,24
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми	180	8,85	20,27	47,69	109,00	9,60
Капуста тушеная	130	2,68	4,20	12,25	97,63	1,37
Котлета рубленая из птицы	70	19,41	4,54	15,70	176,17	0,42
Хлеб пшеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00
Хлеб ржано - пшеничный	20	3,08	0,56	15,08	80,40	0,00
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	1,55
Итого:	610	38,21	29,98	140,31	682,40	12,94
Полдник						
Пирожки печеные с творогом	50	8,71	6,75	26,04	199,50	0,28
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00
Итого:	230	8,77	6,77	36,03	239,50	0,30
ИТОГО за весь день:	1360	51,75	47,66	231,43	1258,90	25,44

Директор МБОУ

«Соколинская начальная общеобразовательная
школа им.Панченко А.Я.»

Бахчисарайского района

В.А.Глушко

МЕНЮ на 06.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Каша жидкая молочная пшеничная	205	4,40	4,06	26,99	162,00
Батон пшеничный с маслом	35	2,14	6,60	12,79	119,00
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Итого:	420	6,66	10,68	49,98	322,00
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Овощи по сезону	30	0,50	1,5	2,53	25,71
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	6,69	3,69	7,74	91,17
Птица, тушенная в соусе с овощами	160	9,37	2,28	16,49	124,00
Хлеб пшеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50
Хлеб ржано - пшеничный	20	3,08	0,56	15,08	80,40
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,20	87,84
Итого:	600	23,58	8,57	87,64	526,62
Яйцо отварное	40	5,08	0,00	0,28	63,00
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,68	72,00
Хлеб пшеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого:	310	10,08	5,76	39,55	292,50
ИТОГО за весь день:	1510	40,71	25,02	202,16	1242,82

Директор МБОУ
«Соколинская начальная общеобразовательная
школа им.Панченко А.Я.»
Бахчисарайского района В.А.Глушко



МЕНЮ на 07.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,75	5,21	18,83	145,20	0,91
Батон пшеничный с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00	0,07
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	1,43
Итого:	405	10,54	12,11	43,38	324,20	2,41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	10,00
ОБЕД						
Овощи по сезону	30	0,42	1,82	2,50	28,17	2,85
Суп картофельный	180	1,87	2,26	13,30	81,00	14,77
Рис отварной	130	3,16	4,65	31,79	181,74	1,53
Рыба тушеная с овощами	80	7,93	4,55	2,20	81,00	0,00
Хлеб пшеничный	30	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00
Хлеб ржано - пшеничный	20	3,08	0,56	15,08	80,40	0,00
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	1,29
Итого:	650	20,65	14,25	114,46	671,51	20,44
Полдник						
Кондитерские изделия	50	3,75	4,90	37,20	183,50	0,03
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	0,54
Итого:	230	3,87	4,92	47,40	224,50	0,57
ИТОГО за весь день:	1385	35,46	31,68	215,04	1264,21	33,42