


 Утверждаю  
 Директор МБОУ «Северская СОШ»  
 Князевского района Алтайского края  
 А.А.Статникова  
 Приказ № 52/11 от 30.08 2023 г.

**10- дневное меню на второе полугодие 2023-2024 учебного года  
(горячие завтраки для учащихся 1- 4 кл.)**

Дни недели	Меню	Порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ технол. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>1 день</b>							
понедельник	Каша молочная «Дружба»	0,205	6,55	8,33	35,09	241,11	№102
	Бутерброд с маслом	0,040	1,70	15,10	10,26	183,6	№379
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Сок в пачках						
<b>2 день</b>							
вторник	Макароны отварные	0,100	3,68	3,53	23,55	140,73	№227
	Тефтели из говядины с рисом	0,080	9,16	13,53	9,44	196,14	№ 202
	Соус томатный с овощами	0,200	2,44	14,64	9,46	179,4	№420
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Компот из сухофруктов	0,200	0,56	-	27,89	113,79	№283
<b>3 день</b>							
среда	Плов из отварной говядины	0,200	24,33	20,69	33,71	418,37	№193
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Мандарин		0,8	0,2	7,5	3,8	
<b>4 день</b>							
четверг	Каша гречневая отварная	0,100	5,82	3,62	30	175,87	№219
	Гуляш из говядины	0,120	21,68	24,21	6,77	331,53	№ 180
	Кисель	0,200	1,36	-	29,02	116,19	№274

	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
<b>5 день</b>							
пятница	Солянка сборная	0,250	6,4	8,34	1,32	106	№110
	Лимон		1,10	0,30	9,32	34	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Расстегай с повидлом	6,0	4,49	11,36	67,52	187,24	№321
	Яблоко		0,4		11	52	
<b>6 день</b>							
понедельник	Каша молочная пшеничная	0,205	6,04	7,27	34,29	227,16	№112
	Бутерброд с маслом	0,045	6,62	9,48	10,06	152	№376
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Сок в пачках						
<b>7 день</b>							
вторник	Жаркое по - домашнему	0,220	22,54	17,33	22,13	334,08	№181
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Нарезка из огурцов	0,100	0,65	0,11	3,63	14	№9
<b>8 день</b>							
среда	Горошница	0,205	22	5	39,7	295	№389
	Котлета из говядины	0,100	17,6	12,3	15	243	№339
	Соус томатный с овощами	0,200	2,44	14,64	9,46	179,4	№420
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Банан		1,09	0,33	22,84	89	
<b>9 день</b>							
четверг	Рис отварной	0,100	2,59	3,39	26,85	150,12	№ 224
	Рыба тушеная	0,140	14,52	8,03	7,51	160,29	№172
	Соус томатный с овощами	0,200	2,44	14,64	9,46	179,4	№420
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Какао	0,200	4,85	5,04	32,73	195,71	№270
<b>10 день</b>							
пятница	Суп с макаронными изделиями на	0,250	2,83	2,86	21,76	124,09	№47

	к/б						
	Хлеб	0,070	6.6	8.9	28	236,2	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Кекс «Столичный»	0,075	4.6	14.5	37.8	300	№548
	Апельсин		0.94	0.12	11.75	43	