

Утверждаю:
 Директор МБОУ «Северская СОШ»
 Ключевского района Алтайского края
 А.А.Статникова
 Приказ № 49/2 от 30.01 2024г.

**10- дневное меню на первое полугодие 2024-2025 учебного года
 (горячие завтраки для учащихся 5 - 11кл.)**

Дни недели	Меню	Порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ технол. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 день							
понедельник	Каша молочная «Дружба»	0,205	6,55	8,33	35,09	241,11	№102
	Бутерброд с повидлом	0,060	1,72	4,20	32,90	176,30	№381
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
2 день							
вторник	Макароны отварные	0,100	3,68	3,53	23,55	140,73	№227
	Гуляш из говядины	0,120	21,68	24,21	6,74	331,53	№180
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Кисель	0,200	1,36	-	29,02	116,19	№274
3 день							
среда	Плов из говядины	0,200	24,33	20,69	33,71	418,37	№193
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Нарезка из свежих овощей						
4 день							
четверг	Горошница	0,205	23,06	5,12	50,84	328,18	№130
	Котлета из мяса птицы	0,075	11,02	12,45	7,52	186,09	№ 209
	Соус томатный	0,100	0,54	3,67	5,24	140,73	№265
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
5 день							
пятница	Суп с макаронными изделиями	0,250	2,83	2,86	21,76	124,09	№47
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Слойка с повидлом	0,060	4,49	11,36	37,52	144,24	№321
6 день							

понедельник	Каша молочная рисовая	0,205	5,12	6,62	32,61	210,13	№114
	Бутерброд с сыром	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	7	1	47	210	
7 день							
вторник	Макаронны отварные	0,100	24,33	20,69	33,71	418,37	№193
	Тефтели из мяса кур	0,075	9,16	13,53	9,44	196,14	№202
	Соус томатный	0,100	0,54	3,67	5,24	56,15	№265
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
8 день							
среда	Жаркое по домашнему	0,200	18,42	20,69	19,77	337,60	№206
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Компот	0,200	0,56	-	27,89	113,79	№289
	Нарезка из свеж. овощей						
9 день							
четверг	Гречка отварная	0,100	5,82	3,62	30	175,87	№ 219
	Котлета рыбная	0,075	9,90	6,7	6,40	130,90	№161
	Соус томатный	0,100	0,54	3,67	5,24	56,15	№265
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Какао	0,200	4,85	5,04	32,73	195,71	№270
10 день							
пятница	Солянка сборная	0,250	32	41,7	6,6	530	№110
	Хлеб	0,070	7	1	47	210	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	№300
	Манник	0,130	7,2	6,7	40,4	251	№550
	Лимон	0,010	0,9	0,1	3	34	

