



Утверждаю:  
 Директор МБОУ «Северская СОШ»  
 Ключевского района Алтайского края  
 Статникова А.А..  
 Приказ № 56/10 от 30.08.2022г.

Покровская ООШ, филиал МБОУ «Северская средняя общеобразовательная школа»  
 Ключевского района Алтайского края

**Меню на 2022-2023 учебный год  
 (горячие завтраки для учащихся 5-9 кл)**

Дни недели	Меню	Порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ технol. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
понедельник	Каша молочная пшеничная	0,205	7,44	8,07	35,28	243,92	№108
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	
	Нарезка из сыра	0,035	4,97	8,01	7,56	122,2	
вторник	гречка отварная	0,100	5,82	3,62	30,00	175,87	№219
	гуляш из говядины	0,120	21,68	24,21	6,74	331,53	
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,20	№180
	кисель	0,200	1,36	-	29,02	116,19	
	нарезка из моркови	0,100	1,14	10,08	10,38	136,80	
Среда	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	
	Сок в пачках	0,200	2,0	0,20	5,80	36,0	
четверг	горошница	0,205	23,06	5,12	58,84	328,18	№130
	котлета из говядины	0,70	9,86	8,02	6,00	135,83	
	соус томатный с овощами	0,100	0,54	3,67	5,24	56,15	
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,20	
	Компот из сухофруктов	0,200	0,6	0,1	20,1	84	
пятница	кисель	0,200	1,36	-	29,02	116,19	№274
	Борщ на костном бульоне	0,250	1,93	6,34	10,05	104,16	
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Фрукт						
понедельник	Каша молочная манная	0,205	6,53	7,03	38,78	244,92	№106
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	Чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	
	Бутерброд с шоколадным маслом	0,040	1,70	15,10	10,26	183,60	
вторник	макароньы отварные	0,100	3,68	3,53	23,55	140,73	№227
	тефтели из говядины с рисом и соусом	0,100	9,16	13,53	9,44	196,14	
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,2	
	какао	0,200	2,79	3,19	19,71	118,69	
среда	Картофельное пюре	0,100	2,13	4,04	15,53	106,97	№241
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,20	
	чай с сахаром	0,200	0,12	-	12,04	48,64	
	винегрет овощной	0,100	1,26	10,14	8,32	129,26	
	рыба тушеная в томате с овощами	0,140	14,52	8,03	7,51	160,29	

четверг	Капуста тушеная	0,100	2,69	327	13.45	87.16	№ 235
	Хлеб	0,070	6,6	8,9	28	236,20	
	Котлета из говядины	0,070	9.86	8.02	6.00	135,83	№391
	Соус томатный	0.100	0.54	3.607	5.24	56.15	№265
	Кофейный напиток	0,200	2.79	3.19	19.71	118.69	№ 286
пятница	Суп-лапша с курицей	0,250	2.45	4.89	13.91	109.38	№56
	Сок яблочный	0,200	2.0	0.20	5.80	36.00	№293
	Хлеб	0.070	6.6	8.9	28	236.20	
	Булочка «Российская»	0.60	4.25	2.90	39.20	199.80	№315