

МОУ ТУМСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 46
Филиал «Оськинская основная общеобразовательная школа»



О.В. Карпова

Ежедневное меню на 21 сентября 2023 г. (4-ый день - четверг)

Наименование	Содержание	Норма в гр	Энергетическая ценность/ Ккал
Завтрак для обучающихся 1 – 4 классов	Нарезка из свежей капусты	60	27,72
	Рис отварной	180	208,8
	Бефстроганов из курицы	80	137,36
	Компот из свежих фруктов	200	47,80
	Фрукт (банан)	100	96
	Хлеб пшеничный/Пряник	40/30	109,6/109,8
	С-витаминизация	0,6	Итого: 737,08
Завтрак для обучающихся 5 – 9 классов	Нарезка из свежей капусты	80	36,96
	Рис отварной	200	232,00
	Бефстроганов из курицы	100	171,70
	Компот из свежих фруктов	200	47,80
	Фрукт (банан)/Хлеб пшеничный	100/60	96/164,4
	С-витаминизация	0,7	Итого: 748,86
Обед для обучающихся 1 – 4 классов	Суп гороховый с курицей	200	136,80
	Картофельное пюре	180	135
	Гуляш из свинины	80	188,08
	Компот из свежих фруктов	200	47,80
	Хлеб ржаной	40	103,6
	С-витаминизация	0,6	Итого: 611,28
Обед для обучающихся 5 – 9 классов	Суп гороховый с курицей	250	171
	Картофельное пюре	200	150
	Гуляш из свинины	100	235,10
	Компот из свежих фруктов	200	47,80
	Хлеб ржаной	60	155,4
	С-витаминизация	0,7	Итого: 759,3
Дополнительный обед для обучающихся ССт 5 – 9 классов	Печенье	30/45	125,1/187,65
	Вафля	40/60	206/309
	Яблоко	100/100	47/47
			Итого: 378,1/543,65
Дошкольные группы			
Завтрак - 9.00	Каша молочная манная со слив. маслом	200	163,80
	Какао с молоком	180	114,48
	Бутерброд со сливочным маслом	40	170,68
			Итого: 448,96
Второй завтрак – 10.30	Фрукт (яблоко)	100	47
Обед – 12.30	Суп гороховый с курицей	200	136,80
	Голубцы ленивые с мясом свинины	180	247,68
	Чай с сахаром	180	75,06
	Хлеб ржаной	40	103,6
			Итого: 563,14
Полдник – 15.30	Творожные сырники	180	378,00
	Сгущенное молоко	40	123,6
	Кисель	180	102,71
			Итого: 604,31
	С витаминизация	0,5	