Утверждаю: _____/Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

**Меню на 28.05.2021**

| | |
|---|---|
| День | ***пятница*** |
| Неделя | ***1*** |
| Сезон | ***весенний*** |
| Возрастная категория | ***7-18 лет*** |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Омлет натуральный | 120 | 11,77 | 16,56 | 2,3 | 205,34 | 215 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200 | 0,53 | | 9.87 | 41.6 | 377 |
| | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Итого: | | | | | **340,46** | |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| Суп гороховый | 250 | 7,5 | 3,25 | 17,25 | 128,25 | 119 |
| Печень тушеная в соусе | 100 | 13,5 | 9,2 | 8,6 | 171,2 | 261 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 109,73 | 312 |
| Кисель | 200 | 0,24 | 0,12 | 35,76 | 92,27 | 352 |
| хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Всего: | | | | | **933,87** | |

Утверждаю: Лоскут /Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

**Меню на 27.05.2021**

| | |
|---|---|
| День | ***Четверг*** |
| Неделя | ***2*** |
| Сезон | ***весенний*** |
| Возрастная категория | ***7-18 лет*** |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша молочная гречневая | 200 | 6 | 6,8 | 29,2 | 202 | 183 |
| | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,53 | | 9,47 | 40 | 376 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Итого: | | | | | **335,52** | |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,83 | 4,9 | 11,75 | 98,4 | 82 |
| Бефстроганов из мяса отварного | 100 | 9,67 | 9,87 | 2,27 | 136,53 | 250 |
| Гречка отварная с\с | 150 | 8,9 | 4,1 | 39,84 | 231,86 | 302 |
| хлеб | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 196,38 | 349 |
| | | | | | | |
| Всего: | | | | | **1092,21** | |

Утверждаю: _____/Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

**Меню на 26.05.2021**

| | |
|---|---|
| День | *Среда* |
| Неделя | *2* |
| Сезон | *весенний* |
| Возрастная категория | *7-18 лет* |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Пудинг из творога | 180\20 | 25,02 | 17,28 | 36,18 | 400,32 | 222 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 196,38 | 349 |
| | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Итого: | | | | | 690,22 | |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| Салат из огурцов | 100 | 0,67 | 6,09 | 1,81 | 64,65 | 20 |
| Суп крестьянский с рисовой крупой | 250 | 2,7 | 2,78 | 14,58 | 90,68 | 98 |
| Котлеты рыбные | 100 | 10,7 | 3,5 | 7,5 | 104,3 | 234 |
| Картофель отварной | 150 | 3 | 0,6 | 23,7 | 112,2 | 310 |
| хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | |
| Кисель | 200 | 0,16 | 0,08 | 27,5 | 111,36 | 350 |
| | | | | | | |
| **Всего:** | | | | | **1265,37** | |

Утверждаю: _____Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

**Меню на 25.05.2021**

| | |
|---|---|
| День | ***Вторник*** |
| Неделя | ***2*** |
| Сезон | ***весенний*** |
| Возрастная категория | ***7-18 лет*** |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша молочная геркулесовая | 200 | 6.1 | 4 | 36,96 | 208,24 | 173 |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | 14 |
| Какао с молоком | 200 | 3,78 | 0,67 | 26 | 125,11 | 382 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| **Сыр порциями** | 20 | 4,64 | 5,9 | | **71,76** | **15** |
| Итого | | | | | 479,14 | |
| | | | | | | |
| Салат из огурцов | 100 | 0,67 | 6,09 | 1,81 | 64,65 | |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,9 8 | 2,83 | 15,7 | 100,13 | 111 |
| Птица отварная | 100 | 21,67 | 13,33 | | 206,67 | 288 |
| Рис отварной | 150 | 3,67 | 5,42 | 36,67 | 210,11 | 304 |
| хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 196,38 | 349 |
| | | | | | | |
| **Всего:** | | | | | **869,9** | |

Утверждаю: _____Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

**Меню на 24.05.2021**

| | |
|---|---|
| День | ***понедельник*** |
| Неделя | ***1*** |
| Сезон | ***весенний*** |
| Возрастная категория | ***7-18 лет*** |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша молочная пшенно-рисовая | 200 | 3,3 | 8,6 | 183,4 | 205,34 | 175 |
| Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 | 14 |
| Какао с молоком | 200 | 3,78 | 0,67 | 26 | 125,11 | 382 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Итого: | | | | | **467,75** | |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| Салат из огурцов | 100 | 0,67 | 6,09 | 1,81 | 64,65 | 20 |
| Суп из овощей | 250 | 2,28 | 2,33 | 11,25 | 75,03 | 99 |
| Котлета рубленная из птицы | 100 | 12,16 | 10,88 | 10,8 | 189,86 | 295 |
| Макароны отварные | 150 | 7,5 | 5,1 | 28,5 | 201,9 | 309 |
| хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,53 | | 9,47 | 40 | 376 |
| | | | | | | |
| Всего: | | | | | **663,3** | |

Утверждаю: Лоск /Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

**Меню на 21.05.2021**

| | |
|---|---|
| День | ***пятница*** |
| Неделя | ***1*** |
| Сезон | ***весенний*** |
| Возрастная категория | ***7-18 лет*** |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Омлет натуральный | 120 | 11,77 | 16,56 | 2,3 | 205,34 | 215 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200 | 0,53 | | 9.87 | 41.6 | 377 |
| | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Итого: | | | | | **340,46** | |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| Суп гороховый | 250 | 7,5 | 3,25 | 17,25 | 128,25 | 119 |
| Печень тушеная в соусе | 100 | 13,5 | 9,2 | 8,6 | 171,2 | 261 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 109,73 | 312 |
| Кисель | 200 | 0,24 | 0,12 | 35,76 | 92,27 | 352 |
| хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Всего: | | | | | 933,87 | |

Утверждаю: Лоск Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

# Меню на 20.05.2021

| | |
|---|---|
| День | *четверг* |
| Неделя | *1* |
| Сезон | *весенний* |
| Возрастная категория | *7-18 лет* |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Котлета мясная | 100 | 9,87 | 17,33 | 8,8 | 230,67 | 267 |
| Рис отварной | 150 | 3,67 | 5,42 | 36,67 | 210,11 | 304 |
| Какао с молоком | 200 | 3,78 | 0,67 | 26 | 125,11 | 382 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Итого: | | | | | 659,41 | |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| Суп картофельный | 250 | 2,28 | 2,33 | 11,25 | 75,03 | 99 |
| Бефстроганов из мяса отварного | 100 | 9,67 | 9,87 | 2,27 | 136,53 | 250 |
| Макароны отварные с маслом | 150 | 5,1 | 7,5 | 28,5 | 201 | 309 |
| Чай | 200 | 0,53 | | 9,47 | 40 | 376 |
| хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | |
| Огурец | 20 | 0,1 | 1,2 | 0,4 | 1,7 | |
| | | | | | | |
| Всего: | | | | | 1266,88 | |

Утверждаю: _____/Л.Ю.Лоскутова
Директор МКОУ «Краснянская СОШ»

# Меню на 19.05.2021

| | |
|---|---|
| День | *среда* |
| Неделя | *1* |
| Сезон | *весенний* |
| Возрастная категория | *7-18 лет* |

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес-кая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Пудинг из творога с повидлом | 180/20 | 25,02 | 17.28 | 36.18 | 458 | 222 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200 | 0,53 | | 9.87 | 41.6 | 377 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | |
| Итого: | | | | | 593.12 | |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| Суп из овощей | 250 | 1,8 | 4,9 | 14,3 | 108,5 | 99 |
| Рыба тушеная с овощами в томате | 100 | 12,13 | 2,93 | 1,5 | 80,93 | 229 |
| Картофель отварной | 150 | 3 | 0,6 | 23,7 | 112,2 | 310 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 196,38 | 349 |
| хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Всего: | | | | | 1277,21 | |