

Муниципальное общеобразовательное
учреждение «Средняя общеобразовательная школа
с. Воскресенское Воскресенского района Саратовской области»

СОГЛАСОВАНО

Председателем
управляющего совета
школы _____

Ю.С. Сергиенко

Председателем
профсоюзного
комитета _____

Ю.Б. Кривоногова

от «25» октября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы _____

Зайцева Н.П.

Приказ № 181/1
от «25» октября 2023 г.

Основное 10-ти дневное меню

для обучающихся МОУ «СОШ с. Воскресенское Воскресенского
района Саратовской области» для 5-11 классов, в том числе для
детей инвалидов и ОВЗ на 2023-2024 учебный год

1 день					
Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Суп с рисовой крупой на мясном бульоне технологическая карта № 51	40/300	3,1	6,7	15,33	132,8
Мясо птицы отварное технологическая карта №212	120	12,5	16,6	12,4	248
Каша гречневая рассыпчатая с маслом технологическая карта № 219	10/200	9,3	7,8	46,5	253,3
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		33,75	32,39	159,63	1174,4

2 день					
Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне из мяса говядины технологическая карта № 47	30/300	3,1	6,7	15,33	132,8
Жаркое по домашнему из мяса говядины технологическая карта № 181	50/150	17,1	8,7	21	223
Свекла отварная технологическая карта № 23	60	0,8	1,4	4,5	33,8
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		29,85	18,09	126,23	929,9

3 день					
Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Суп картофельный с рыбными консервами технологическая карта № 50	300	8,98	10,57	24,33	189,8
Тефтели мясные т.к.№201	1/80,0	8,4	12,2	12,5	193,4
Тушеная капуста технологическая карта №	200/10	4,2	5,4	26,8	172,6
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		30,43	29,46	149,03	1096,1

4 день					
Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Суп из бобовых на мясном бульоне технологическая карта № 45	40/300	6,15	6,25	28,9	167,1

Плов из отварного мяса технологическая карта № 193	50/200	12,2	6,6	27,5	283,2
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		27,2	14,14	141,8	990,6

5 день					
Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Суп с клецками с мясом птицы	50/300	3,1	6,7	15,33	132,8
Рагу из овощей с мясом птицы технологическая карта № 214	50/180	15,38	19,59	18,2	308,58
Свекла отварная технологическая карта №	60	0,8	1,4	4,5	33,8
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		28,13	28,98	123,43	1015,48

6 день					
Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Борщ из свежей капусты на мясном бульоне технологическая карта № 35	40/300	2,4	6	24,63	154,8
Макаронные изделия отварные с маслом технологическая карта № 227	10/180	5,9	4,7	31	165
Котлеты мясные технологическая карта № 189	1/100	14,8	19,4	22,2	322,6
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		31,95	31,39	163,23	1182,7

7 день					
Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Щи из свежей капусты с мясом говядины технологическая карта №63	40/300	10,3	7,2	10	144,1
Рыба, тушеная в томате с овощами технологическая карта № 172	120	10	5,2	5,2	107,8
Рис отварной технологическая карта № 224	180	4,1	7,8	39,8	289
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		33,25	21,49	140,4	1081,2

8 день					
---------------	--	--	--	--	--

Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Суп картофельный с мясными фрикадельками технологическая карта № 48	35/250	9,76	6,82	19,07	175,1
Картофель отварной технологическая карта № 239	200	4,18	9,38	36,28	243,8
Биточки из мяса технологическая карта № 189	1/100	14,8	19,4	22,2	322,6
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		37,59	36,89	162,95	1281,8

9 день

Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Борщ из свежей капусты на мясном бульоне технологическая карта № 35	40/300	2,4	6	24,63	154,8
Гороховое пюре с маслом технологическая карта № 130	10/180	5,3	5,7	42,6	231,8
Шницели мясные технологическая карта №	1/100	14,8	19,4	22,23	22,6
Компот из смеси сухофруктов технологическая карта №283	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		31,35	32,39	174,86	949,5

10 день

Наименование блюда	Возраст с 11 до 18 лет				
	обед				
Рассольник на мясном бульоне технологическая карта № 41	40/300	1,8	6,1	19,5	158,2
Тефтели мясные технологическая карта №	1/90	9,8	14,7	14,9	201,8
Макаронные изделия отварные с маслом технологическая карта №227	10/180	5,9	4,7	31	165
Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,4		31,6	128
Хлеб пшеничный, ржаной	60/70	8,45	1,29	53,8	412,3
ИТОГО		26,35	26,79	150,8	1065,3