

«Утверждаю»
Директор МКОУ Бутчинская СОШ
Куйбышевского района
Калужской области
М.М.Астахова
Приказ № 202/п от 10.08.2022



**Основное меню приготавливаемых блюд
горячего питания обучающихся 11 лет и старше (обед)
на 10 дней (2022-2023 учебный год)
муниципального казённого общеобразовательного учреждения
Бутчинская средняя общеобразовательная школа**

День: понедельник Неделя: первая Сезон: осенний

ОБЕД:

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
			12 лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№36	Суп гороховый с гречками	300	6,59	6,34	19,6	161,70	0,28	6,97	0,00		45,7	104,62	42,6	2,44
№304	Плов из птицы	260	25,38	21,25	44,61	471,25	0,08	1,26	60,00		56,38	249,13	59,38	2,74
№859	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,02				12,00	0,00	0,00	0,80
№ 51	Икра кабачковая	60	3	9,5	15	155								
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
№13002	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
ВСЕГО:		880	39,79	38,16	120,35	997,97	0,44	8,23	60		124,58	353,75	101,98	7,15

День:вторникНеделя:первая Сезон: осенний
ОБЕД:

№	Приём пищи,наимен ованиеблюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральныевещества (мг)			
			12лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№187	Щиизсвежейк апустыс картофелеми курицей	300	2,1	5,87	10,19	101,70	0,07	22,15	0,00		51,99	57,16	26,70	0,96
№491	Сметана	10	0,260	1,5	0,36	16,2	0,003	0,040	0,00		8,8	0,00	0,00	0,20
№45	Винегрето вощной слуком репчатым	100	1.36	6.18	8,44	94,80	0,06	10,25	0,00		23,20	44,98	20,75	0,85
№694	Картофельное пюре	200	4,08	6,40	27,26	183,00	0,18	24,22	34,00		49,30	115,46	37,00	1,34
№307	Котлета рубленная изптицы	100	12,13	17,40	9,86	245	0,05	0,33	80		70	132,38	19,25	1,26
№13002	Хлебжраной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
№377	Чайс лимоном	200	4,51	1,14	7,71	112,55	0,01	3,67	0,01		112,55	185,54	99,08	18,42
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
ВСЕГО:		970,00	29,06	39,36	82,66	853,27	0,433	60,66	114,01		326,34	535,52	202,78	24,2

День: среда Неделя: первая Сезон: осенний
ОБЕД:

№	Приём пищи,наимен ованиеблюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
			12 лети старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№197	Рассольник петербургский с куриным мясом	300	2,52	6,13	19,90	144,90	0,12	9,05	0,00		31,74	86,34	31,08	1,18
№491	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2	0,003	0,040	0,00		8,8	0,00	0,00	0,20
№679	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180	8,95	6,73	43,00	276,53	0,22	0,00	0,02		15,57	250,2	81,00	4,73
№286	Тефтели куриные	100	7,36	8,06	9,31	139,37	0,04	0,7			36,12			0,79
№382	Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,2	0,04	1,30	0,01	0	122,0	90	14	0,56
№13	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	0,02	5,70	0,00		13,11	24,01	7,98	0,34
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
№13002	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
ВСЕГО:		910	27,69	30,66	118,33	862,6	0,463	11,09	0,03		237,84	450,35	134,06	8,97

День:четвергНеделя:первая Сезон: осенний

ОБЕД:

№	Приём пищи,наимен ованиеблюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральныевещества (мг)			
			12лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№209	Суп картофельный с рисом	250	2,5	2,79	17	90,75	0,1	8,25	0		23,05	62,55	25	0,89
№688	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	25,20		5,83	44,60	25,34	1,33
№301	Птица тушеная	100	22,40	18,23	7,03	281,25	0,08	0,68	53,75		70,13	172,75	29,88	2,21
№13002	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
№33	Салатиз свеклы	100	1,43	6,08	8,37	93,90	0,0	9,5	0,0		35,15	40,97	20,90	1,33
№868	Компот изсмеси сухофруктов	200	0,04	0,0	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0		6,40	3,6	0,0	0,18
ВСЕГО:		890	37,61	33,39	107,73	862,26	0,32	19,51	78,95		151,06	324,47	101,12	7,11

День:пятницаНеделя:первая
ОБЕД:

Сезон: осенний

№	Приём пищи,наименов аниеблюда	Массапо рции (г)	Пищевыевещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральныевеществ а(мг)			
			12лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№81	Борщ смясом кур	300	2,17	5,89	150,3	123	0,06	12,35	0,00		53,26	63,88	31,5	1,43
№244	Рыба припущенная	100	7,65	1,01	3,18	52,50	0,05	0,96	3,75		12,88	84,25	10,00	0,54
№145	Картофельт ушенныйс луком	200	6,4	10,4	45,76	302,72		43,5			36		66	2,4
№81	Салат из квашенной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20	0,02	25,00	0,00		41,60	14,2	30,60	0,58
№377	Чайс лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	112,55	0,01	3,67	0,01		112,55	185,54	99,08	18,42
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
№491	Сметана	10	0,260	1,5	0,36	16,2	0,003	0,040	0,00		8.8	0,00	0,00	0.020
№13002	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
ВСЕГО:		970	27,19	25,8	233,81	790,19	0,203	85,52	3,76		275,59	347,87	237,18	24,54

День: понедельник Неделя: вторая Сезон: осенний
ОБЕД:

№	Приём пищи,наимен ованиеблюда	Массап орции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральныевещества (мг)			
			12лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№36	Супгорохов ый сгренками	300	6,58	6,3	19,6	161,70	0,27	6,97	0,00		45,7	104,61	42,36	2,04
№304	Пловиз птицы	260	25,38	21,25	44,61	471,25	0,08	1,26	60,00		56,38	249,13	59,38	2,74
№859	Компот изсвежих плодов	200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,02	0,00	0,00		12,00	2,4	0,00	0,80
№ 51	Икра кабачковая	60	3	9,5	15	155								
№13002	Хлебжаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
ВСЕГО:		880	39,79	38,16	120,35	997,97	0,44	8,23	60		124,58	353,75	101,98	7,15

День:вторникНеделя:втораяСезон: осенний

ОБЕД:

№	Приём пищи,наимен ованиеблюда	Массап орции (г)	Пищевыевещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральныевещества (мг)			
			12лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№187	Щиизсвежейк апустыс картофелеми курицей	300	2,1	5,9	10,18	101,70	0,07	22,15	0,00		51,99	57,53	26,70	0,96
№491	Сметана	10	0,260	1,5	0,36	16,2	0,003	0,040	0,00		8,8	0,00	0,00	0,20
№694	Картофельное пюре	200	4,08	6,40	27,26	183,00	0,18	24,22	34,00		49,30	115,46	37,00	1,34
№307	Котлета рубленная изптицы	100	12,13	17,40	9,86	245	0,05	0,33	80		70	132,38	19,25	1,26
№45	Винегрето вощной слуком репчатым	100	1.36	6.18	8,44	94,80	0,06	10,25	0,00		23,20	44,98	20,75	0,85
№13002	Хлебржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
№377	Чайс лимоном	200/15/7	4,51	1,14	7,71	112,55	0,01	3,67	0,01	-	112,55	185,54	99,08	18,42
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
ВСЕГО:		970,00	29,06	39,36	82,66	853,27	0,433	60,66	114,01		326,34	535,52	202,78	24,2

День: среда Неделя: вторая Сезон: осенний

ОБЕД:

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
			12 лети старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№197	Рассольник петербургский с куриным мясом	300	2,5	6,1	19,90	144,90	0,12	9,05	0,00		31,74	86,84	31,08	1,18
№491	Сметана	10	0,260	1,5	0,36	16,2	0,003	0,040	0,00		8,8	0,00	0,00	0,20
№679	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	180	8,95	6,73	43,00	276,53	0,22	0,00	0,02		15,57	250,2	81,00	4,73
№286	Тефтели куриные	100	7,36	8,06	9,31	139,37	0,04	0,7			36,12			0,79
№382	Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,2	0,04	1,30	0,01	0	122,0	90	14	0,56
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
№13002	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
№13	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	0,02	5,70	0,00		13,11	24,01	7,98	0,34
ВСЕГО:		910	27,69	30,66	118,33	862,6	0,463	11,09	0,03		237,84	450,35	134,06	8,97

День:четвергНеделя:втораяСезон: осенний

ОБЕД:

№	Приём пищи,наимен ованиеблюда	Массап орции (г)	Пищевыевещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральныевещества (мг)			
			12лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№209	Суп картофельный с рисом	250	2,5	2,79	17	90,75	0,1	8,25			23,05	62,55	25	0,89
№688	Макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	25,20		5,83	44,60	25,34	1,33
№301	Птица тушеная	100	22,40	18,23	7,03	281,25	0,08	0,68	53,75		70,13	172,75	29,88	2,21
№33	Салатиз свеклы	100	1,43	6,08	8,37	93,90	0,0	9,5	0,0		35,15	40,97	20,90	1,33
№13002	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
№868	Компотиз смесисухоф руктов	200	0,04	0,0	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0		6,40	3,6	0,0	0,18
ВСЕГО:		890	37,61	33,44	107,73	862,26	0,32	19,51	78,95		151,06	324,47	101,12	7,11

День:пятница Неделя:вторая Сезон: осенний

ОБЕД:

№	Приём пищи,наимен ованиеблюда	Массап орции (г)	Пищевыевещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества(мг)			
			12лет и старше	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
№81	Борщ с куриным мясом	300	2,17	5,89	150,3	123	0,06	12,34	0,00		53,26	63,9	31,5	1,3
№244	Рыба припущенная с овощами	100	7,65	1,01	3,18	52,50	0,05	0,96	3,75		12,88	84,25	10,00	0,54
№145	Картофель тушеный с луком	200	6,4	10,4	45,76	302,72		43,5			36		66	2,4
№81	Салат из квашенной капусты	100	1,58	4,99	7,66	83,20	0,02	25,00	0,00		41,60	14,2	30,60	0,58
№13001	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,51	8,82	50,4	0	0	0		0	0	0	0
№13002	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,62	0,06	0	0		10,5	0	0	1,17
№491	Сметана	10	0,260	1,5	0,36	16,2	0,003	0,040	0,00		8,8	0,00	0,00	0,020
ВСЕГО:		970	27,19	25,8	233,81	790,19	0,203	85,52	3,76		275,59	347,87	237,18	24,54

Питание согласно данному меню осуществляется за счет родительской платы (или) бюджетного финансирования (в случае отношения обучающегося к 1 или нескольким льготным категориям)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575783

Владелец Астахова Маргарита Михайловна

Действителен с 14.03.2022 по 14.03.2023