

УТВЕРЖДАЮ: *Нахоева* ДИРЕКТОР МОБУ « ТРОИЦКАЯ СОШ » НАХАЕВА Л.В.

« » сентября 2023 г



МЕНЮ НА « 15 » сентября
1-4 КЛАСС

| № рец. по сборнику 2015г. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|--|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 9-й день ОБЕД | | | | | | |
| 54-5з-2020 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,6 | 3,1 | 1,8 | 37,6 |
| 54-3с-2020 | Суп вермишелью | 200 | 3,74 | 5,8 | 23,62 | 125,52 |
| 54-16м-2020 | Котлета из индейки рубленой (соус красный основной) | 100 | 9 | 9,4 | 30 | 307,5 |
| 54-4г-2020 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,4 | 5,61 | 20,84 | 203,7 |
| 959 | Чай с молоком | 200 | 1,6 | 1,1 | 2,3 | 25,5 |
| 108. пром | Хлеб пшеничный | 30 | 1,87 | 0,25 | 14,75 | 70,3 |
| 110. пром | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,22 | 9,28 | 45,8 |
| | всего | 760 | 24,61 | 25,48 | 102,59 | 815,92 |

УТВЕРЖДАЮ:  ДИРЕКТОР МОБУ « ТРОИЦКАЯ СОШ » НАХАЕВА Л.В.



« 6 » сентября 2023 г

МЕНЮ НА « 6 » сентября

1-4 КЛАСС

| № рец. по сборнику 2015г. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 5-й день ОБЕД | | | | | | |
| 55 | Салат из свеклы | 60 | 0,46 | 3,65 | 5,9 | 40,38 |
| 54-3с-2020 | Суп фасолевый | 200 | 6,78 | 4,58 | 14,4 | 125,2 |
| 115 | Хурси махн | 100 | 12,76 | 16,5 | 50,3 | 421,1 |
| 54-3гн-2020 | Чай с лимоном и сахаром | 150 | 0,3 | 0 | 6,7 | 27,9 |
| 108. пром | Хлеб ржаной | 30 | 1,87 | 0,25 | 14,75 | 70,3 |
| 110. пром | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,22 | 9,28 | 45,8 |
| | всего | 760 | 23,57 | 25,2 | 101,33 | 730,68 |




УТВЕРЖДАЮ: *Нахаева* ДИРЕКТОР МОБУ « ТРОИЦКАЯ СОШ » НАХАЕВА Л.В.

«11» сентября 2023 г

**МЕНЮ НА «11» сентября
1-4 КЛАСС**

| № рец. по сборнику 2015г. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|--|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1-й день ОБЕД | | | | | | |
| 54-3з-2020 | Помидор в нарезке | 60 | 0,7 | 1,2 | 2,3 | 12,8 |
| 54-8с-2020 | Суп гороховый | 200 | 6,68 | 4,6 | 16,28 | 133,14 |
| 246 | Гуляш из говядины (соус красный основной) | 100 | 11,04 | 13,39 | 23,87 | 221 |
| 54-1г-2020 | Макароны отварные | 150 | 3,46 | 6,8 | 42,8 | 206,8 |
| 648 | Кисель из концентратов | 200 | 0 | 0 | 5 | 59,5 |
| 108. пром | Хлеб пшеничный | 30 | 1,87 | 0,25 | 14,75 | 70,3 |
| 110. пром | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,22 | 9,28 | 45,8 |
| | всего | 760 | 25,15 | 26,46 | 114,28 | 749,34 |

УТВЕРЖДАЮ:  ДИРЕКТОР МОБУ « ТРОИЦКАЯ СОШ » НАХАЕВА Л.В.

« 12 » сентября 2023 г

МЕНЮ НА « 12 » сентября
1-4 КЛАСС

| № рец. по сборнику 2015г. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|--|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 6-й день ОБЕД | | | | | | |
| 54-11з | Салат из моркови с яблоками | 60 | 0,88 | 0,12 | 3,9 | 26 |
| 54-3с-2020 | Рассольник | 200 | 5,82 | 7,2 | 25,7 | 216,03 |
| 54-23м-2020 | Биточек из курицы (соус красный основной) | 100 | 12,4 | 15,11 | 13,1 | 164,4 |
| 54-6г-2020 | Рис отварной | 150 | 2,87 | 0,73 | 28,22 | 250,57 |
| 54-2гн-2020 | Чай каркаде | 200 | 0,2 | 2,3 | 14 | 28 |
| 108. пром | Хлеб пшеничный | 30 | 1,87 | 0,25 | 14,75 | 70,3 |
| 110. пром | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,22 | 9,28 | 45,8 |
| | всего | 760 | 25,44 | 25,93 | 108,95 | 801,1 |



УТВЕРЖДАЮ: *Л.В. Нахаева* ДИРЕКТОР МОБУ « ТРОИЦКАЯ СОШ » НАХАЕВА Л.В.

« 13 » сентября 2023 г

**МЕНЮ НА « 13 » сентября
1-4 КЛАСС**

| № рец. по сборнику 2015г. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 7-й день ОБЕД | | | | | | |
| 54-3з | Помидор в нарезке | 60 | 0,7 | 1,2 | 2,3 | 12,8 |
| 102 | Щи из свежей капусты | 200 | 2,99 | 3,11 | 30,92 | 150,3 |
| 54-27м | Курица тушеная с морковью | 100 | 14,1 | 11,7 | 4,4 | 126,4 |
| 54-5г-2020 | Каша перловая рассыпчатая | 150 | 2,9 | 8 | 40,6 | 249,5 |
| 648 | Кисель из концентратов | 200 | 0 | 0 | 5 | 59,5 |
| 108. пром | Хлеб пшеничный | 30 | 1,87 | 0,25 | 14,75 | 70,3 |
| 110. пром | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,22 | 9,28 | 45,8 |
| | всего | 760 | 23,96 | 24,48 | 107,25 | 714,6 |

УТВЕРЖДАЮ *Нахова* ДИРЕКТОР МОБУ « ТРОИЦКАЯ СОШ » НАХАЕВА Л.В.

« » сентября 2023 г

МЕНЮ НА « 14 » сентября
1-4 КЛАСС

| № рец. по сборнику 2015г. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------|---------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 8-й день ОБЕД | | | | | | |
| 54-4з | Перец болгарский в нарезке | 60 | 1,88 | 0,12 | 3,9 | 21 |
| 103 | Суп с рисом | 200 | 2,99 | 6,1 | 30,92 | 290,83 |
| 54-4м | Жаркое по - домашнему из курицы | 250 | 15,8 | 18,1 | 40,8 | 279,1 |
| 30 | Сок фруктовый | 200 | 0,3 | 0 | 1,7 | 70 |
| 108. пром | Хлеб пшеничный | 30 | 1,87 | 0,25 | 14,75 | 70,3 |
| 110. пром | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,22 | 9,28 | 45,8 |
| 6 | Фрукт (апельсин) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| | всего | 860 | 24,64 | 25,19 | 111,15 | 821,03 |

№ рец. по сборнику 2015г