

СОГЛАСОВАНО
ИП Бурчenea И.В.
Поставщик продуктов питания
_____ Бурчenea И.В.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Искровская СОШ»
_____ Петряков Ф.Ф.

Циклическое меню
для обучающихся 5-9 классов МБОУ "Искровская средняя общеобразовательная
школа " Называевского муниципального района Омской области
2024-2025 учебный год.

(Обед)

ТК №	Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 день ОБЕД						
54-8с-2020	Суп гороховый	200	4,24	4,01	15,92	117
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7
Пром.	Котлета мясная	100	10	30	15	370
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,65	1,2	4,45	35,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	115,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,5	26,8
	Итого за обед	760	28,99	42,12	100,77	898,6
2 день ОБЕД						
Пром	Икра кабачковая	80	1,5	5,6	5,6	72,6
54-27с-2020	Суп с рыбными консервами (сайра)	200	6	7	13	135
54-22м	Рагу из курицы	250	26,1	8,7	22	271,7
пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	116
54-22гн	Какао на сгущенном молоке	200	3,5	3,3	22,3	133,4
	Итого за обед	790	41,7	25,2	85,8	728,4
3 день ОБЕД						
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	1,9	5,04	10,3	94,2
54-26м-2020	Запеканка картофельная с мясным фаршем	250	29,45	28,96	33,08	510,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	116
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14,1	57
	Итого за обед	710	36,05	34,6	80,38	777,7
4 день ОБЕД						
54-20з-2020	Горошек зеленый	60	2	0	4	25
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,62	5,62	5,72	94
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	220
Пром.	Тефтели	100	11	18	4,3	249
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,65	1,2	4,45	35,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	116

54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,5	19,1	81
	Итого за обед	820	29,77	30,32	93,97	796,9
5 день ОБЕД						
54-5с-2020	Суп овощной с фрикадельками	200	8,64	6,06	13,92	145
54-12м-2020	Плов из птицы	200	27,3	8,1	33,2	314,6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	116
54-23гн	Кофейный напиток	200	3,8	2,9	11,3	86
Пром	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
	Итого за обед	780	44,84	18,16	93,12	714,6
6 день ОБЕД						
54-11с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	200	9	6	13,9	117
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
Пром.	Котлета мясная	100	10	30	15	370
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,65	1,2	4,45	35,4
пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	115,7
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3
	Итого за обед	760	28,95	43,2	95,55	858,8
7 день ОБЕД						
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	5	6	6	98
54-28м-2020	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24,8	6,2	17,6	225,7
пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	115,7
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Булочка	80	6,9	2,4	45,3	230
	Итого за обед	740	41,8	15,2	111,6	750,4
8 день ОБЕД						
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,52	2,16	18,12	102
54-8г-2020	Капуста тушеная	200	4,9	5,8	19,5	151
Пром.	Изделия колбасные вареные (сосиски, сардельки)	100	12	22	3	266
пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	116
54-4хн-2020	Компот из изюма	200	0,4	0,10	18,4	76
	Итого за обед	760	24,42	30,66	81,92	710,7
9 день ОБЕД						
54-2с-2020	Борщ со сметаной	200	1,7	4,26	9,68	90,2
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	19	22	5,5	296
пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	115,7
54-2хн-/2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,7	66,9

	Итого за обед	710	30	31,76	90,28	772,3
10 день ОБЕД						
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	1,92	5,14	13,22	106,66
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7
Пром. п/ф	Тефтели	100	11	18	4,3	249
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,65	1,2	4,45	35,4
пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,6	22,9	115,7
54-25хн-2020	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14,1	56,8
	Итого за обед	760	27,57	31,24	94,97	797,26
	Среднее значение за период	759	33,997	30,382	92,906	785,546