

Согласовано:Директор МБОУ "Тимершикская СОШ"
И.Р.Галимов



Утверждаю: Директор СОС "Сабинский общепит"



А.М.Исламова

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ НА I ПОЛУГОДИЕ 2023 ГОДА

	Салат из свеклы с яблоками	60	0.723	3.104	6.924	58.895	36/2016 Сб.рец.			6.013
	Котлеты из рыбы с соусом	60/30	12.812	10.997	22.235	232.451	510:759/20 13 Сб.рец.			30.499
	Картофельное пюре со сливочным маслом	150/5	3.424	5.092	25.963	148.374	299/2013 Сб.рец.			14.087
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.48
	Чай с медом	200	0.064	0	6.424	26.24	943/2013 Сб.рец.			3.726
Итого за 2-ой завтрак			18.343	19.673	80.706	560.76				56.805
Итого за 8-й день			25.123	24.378	135.708	849.72				68.194
9-й день										
Завтрак										
	Яичная каша (натуральная)	130	12.509	15.955	3.043	205.81	338/2004 Сб.рец.			36.012
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.48
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.222
Итого за завтрак			15.549	16.275	30.723	331.81				39.714
2-ой завтрак										
	Котлеты из говядины с соусом	60/30	10.196	13.327	16.739	203.114	608:759/20 13 Сб.рец.			30.844
	Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6.37	5.655	28.55	173.86	414/2013 Сб.рец.			5.497
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.48
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.222
	Фрукты: яблоки	140	0.493	0.493	12.074	57.904	847/2013 Сб.рец.			17.92
Итого за 2-ой завтрак			18.379	19.955	84.523	561.678				57.963
Итого за 9-й день			33.928	36.23	115.246	893.488				97.677
10-й день										
Завтрак										
	Запеканка из творога	70	5.8	6.83	15.042	152.104	469/2013 Сб.рец.			20.236
	Сыр	15	3.9	4.02	0	52.95	15/2013 Сб.рец.			7.05
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.48
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.222
Итого за завтрак			12.74	11.17	42.722	331.054				30.988
2-ой завтрак										
	Борщ с капустой и картофелем с фрикадельками из индейки	250	14.275	14.1	24.192	270.31	170:179/20 13 Сб.рец.			31.579
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8				2.48
	Чай с молоком	200	1.4	1.6	10.35	70.5	945/2013 Сб.рец.			3.822
	Торт песочный «Атня»	40	1.832	2.86	30.98	123				7.6
Итого за 2-ой завтрак			18.827	19.04	84.682	558.61				45.481
Итого за 10-й день			31.567	30.21	127.404	889.664				76.469
11-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом	130	5.285	4.485	27.637	174.185	384/2013 Сб.рец.			6.54
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94				2.48
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.			1.222
Итого за завтрак			8.325	4.805	55.317	300.185				10.242
2-ой завтрак										
	Тефтели с мясом и рисом с соусом	60/30	12.284	13.56	17.22	225.67	462:759/20 04 Сб.рец.			26.988
	Картофельное пюре со сливочным маслом	150/5	3.424	5.092	25.963	148.374	299/2013 Сб.рец.			14.087
	Хлеб сельский	55	1.815	0.66	26.345	130.35				3.41
	Компот из урюка и яблок	200	1.01	0.028	10.25	54.75	393/2016 Сб.рец.			3.764
Итого за 2-ой завтрак			18.533	19.34	79.778	559.144				48.249
Итого за 11-й день			26.858	24.145	135.095	859.329				58.491
12-й день										
Завтрак										
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	10.166	15.17	19.442	210.578	133:178/20 04 Сб.рец.			34.633
	Хлеб сельский	35	1.155	0.42	16.765	82.95				2.17

