

УТВЕРЖДАЮ : ОУ  
 Директор МОУ "Поянсолинская НОШ"

2021г

М Е Н Ю

группа Завтраки БПЛ ( 1 - 4 классы)

Наименование блюда

Выход

К/кал

Белки

Жиры

Углеводы

Цена блюда

09.02.2021						
<b>Завтрак</b>						
Каша овсяная вязкая на молоке	200	204,00	6,00	1,60	40,40	10,17
Какао с молоком	200	190,00	4,90	5,00	32,50	7,03
Хлеб пшеничный	60	70,00	2,30	0,20	15,70	2,96
ИТОГО		464,00	13,20	6,80	88,60	20,16
<b>Обед</b>						
Суп карт с макарон изделиями	250	120,00	2,90	2,50	21,00	15,81
Кисель	200	124,00	0,60	0,00	31,40	2,09
Хлеб ржаной	70	128,00	2,80	0,40	30,00	2,88
ИТОГО		836,00	19,50	9,70	171,00	40,94

10.02.2021г.						
<b>Завтрак</b>						
Запеканка из творога	150/20	366,00	25,70	18,30	23,30	40,31
Кофейный напиток	200	152,00	2,50	3,60	28,70	7,15
ИТОГО		518,00	28,20	21,90	52,00	47,46
<b>Обед</b>						
Борщ с капустой и карт	250	106,00	2,00	5,20	13,10	47088,00
Кисель	200	118,00	0,00	0,00	30,60	2,09
Хлеб ржаной	70	128,00	2,80	0,40	30,00	2,88
ИТОГО		870,00	33,00	27,50	125,70	47140,43

11.02.2021г.						
<b>Завтрак</b>						
Каша из овсяных хлопьев	200	240	5,80	9,20	31,80	10,17
Кофейный напиток	200	152	2,50	3,60	28,70	7,15
Хлеб пшеничный	60	70	2,30	0,20	15,70	2,96
ИТОГО		462	10,60	13,00	76,20	20,28
<b>Обед</b>						
Суп картоф. С бобовыми	250	167,00	6,20	5,60	22,30	19,65
Кисель	200	118,00	0,00	0,00	30,60	2,09
Хлеб ржаной	70	64,00	1,40	0,20	15,00	2,88
ИТОГО:		811,00	18,20	18,80	144,10	44,90

12.02.2021г.						
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая манная	200	222,00	4,80	8,20	30,40	9,54
Чай с сахаром	200	58,00	0,20	0,00	0,00	1,43
Хлеб пшеничный	60	70,00	2,30	0,20	15,70	2,96

Итого		350,00	7,30	8,40	46,10	13,93
<b>Обед</b>						
Рассольник "Ленинградский"	250	135,00	3,00	4,50	20,10	13,99
Кофе на молоке	200,00	58,00	0,20	0,00	0,00	7,15
Хлеб ржаной	70	128,00	2,80	0,40	30,00	2,88
итого:		671,00	13,30	13,30	96,20	37,95

<b>15.02.2021г.</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша гречневая	200	204,40	6,00	1,60	40,40	11,94
Кофейный напиток	200	152,00	2,50	3,60	28,70	7,15
Бутерброд с сыром с маслом	60	123,00	4,70	7,90	7,30	12,59
Фрукты	100	47,00	0,40	0,40	9,80	44,17
ИТОГО		526,40	13,60	13,50	86,20	75,85
<b>Обед</b>						
Рассольник "Ленинградский"	250	135,00	3,00	4,50	20,10	13,99
Компот из смеси сухофруктов	200	124,00	0,60	0,00	31,40	2,84
Хлеб ржаной	30,00	64,00	1,40	0,20	15,00	2,88
ИТОГО:		849,40	18,60	18,20	152,70	95,56

<b>16.02.2021г.</b>						
<b>Завтрак</b>						
Сырники из творога	150/20	384,00	22,40	15,00	39,00	40,31
Чай с молоком	200	190,00	4,90	5,00	32,50	8,23
Сок фруктовый	400	135,00	3,00	4,50	20,10	30,00
ИТОГО		709,00	30,30	24,50	91,60	78,54
<b>Обед</b>						
Суп карт с бобовыми	250	167,00	6,20	5,60	22,30	19,65
Кисель	200	118,00	0,00	0,00	30,60	2,09
Хлеб ржаной	70	64,00	1,40	0,20	15,00	2,88
ИТОГО		1058,00	37,90	30,30	159,50	103,16

<b>17.02.2021г.</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая пшеничная	200	234,00	5,60	9,00	32,00	10,16
Кофейный напиток	200	152,00	2,50	3,60	28,70	7,15
Бутерброд с сыром с маслом	60/15/10	123,00	4,70	7,90	7,30	12,59
ИТОГО		509,00	12,80	20,50	68,00	29,90
<b>Обед</b>						
Суп с макарон изделиями	250	120,00	2,90	2,50	21,00	15,81
Компот из смеси сухофруктов	200	124,00	0,60	0,00	31,40	2,84
Хлеб ржаной	70	140,00	4,60	0,40	31,40	2,88
ИТОГО:		893,00	20,90	23,40	151,80	51,43

<b>18.02.2021г.</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная вязкая	200	234	5,60	9,00	32,00	10,16
Какао с молоком	200	190	4,90	5,00	32,50	7,03
Бутерброд с сыром с маслом	60/15/10	123	4,70	7,90	7,30	12,59
Итого		547	15,20	21,90	71,80	29,78
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с крупой	250	113	2,50	3,00	18,30	10,05
Кисель	200	240	5,80	9,20	31,80	2,09
Хлеб ржаной	70	140	4,60	0,40	31,40	2,88

<b>Итого</b>		1040	28,10	34,50	121,90	44,80
<b>19.02.2021г.</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная вязкая	200	240,00	5,80	9,20	31,80	10,46
Чай с молоком	200	152,00	2,50	3,60	28,70	8,23
Бутерброд с сыром с маслом	60/15/10	123,00	4,70	7,90	7,30	12,59
<b>ИТОГО</b>		<b>515,00</b>	<b>13,00</b>	<b>20,70</b>	<b>67,80</b>	<b>31,28</b>
<b>Обед</b>						
<b>Щи из свеж капусты</b>	250	8,80	2,00	4,30	10,00	19,95
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	200	124,00	0,60	0,00	31,40	2,84
Хлеб ржаной	70	140,00	4,60	0,40	31,40	2,88
<b>ИТОГО:</b>		<b>787,80</b>	<b>20,20</b>	<b>25,00</b>	<b>140,60</b>	<b>56,95</b>

Всего 540,40 руб.

Зав. производством  
Заведующая по дошкольному и школьному питанию  
Плотникова В.Н. *В.Н. Плотникова*