

Согласованно

Роспотребнадзор

С.Н. Чудомех



Утверждаю

Директор МКОУ "Кондровской СОШ №3

Жучков А.Н.



31 августа 2020г.

Меню обедов учащихся с 1-4 классы
М К О У "Кондровской средней общеобразовательной школы № 3"

5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	27,95	111,03	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
Всего:			35,83	45,2	101,03	700,03	28,64	131,84	119,77	9,84
4	ОБЕД									
1	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5				
2	Суп гречневый с курицей	200\30	9,01	6,01	18,64	160,56	13,89	33,84	38,82	2,50
4	Сырники со се-молоком	200	0,20	0,00	60,60	168,01	127,07	60,53	37,12	2,12
5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	14,00	79,10	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
8	Фрукты	100	1,05	0,00	13,20	65,30				
Всего:			16,44	6,81	140,83	630,87	151,6	157,81	131,59	8,81
5	ОБЕД									
1	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5				
2	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200\10	10,93	9,75	15,30	199,40	43,13	72,30	51,83	2,70
3	Рис отварной	100	2,47	2,83	27,62	138,99	0,00	12,78	9,87	0,74
4	Азу из говядины	100	16,39	8,44	3,51	158,04		24,38	29,91	2,79
5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	27,95	111,03	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
8	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	92,00				
Всего:			36,97	21,82	128,97	857,36	53,77	172,9	147,26	10,42
6	ОБЕД									
1	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5				
2	Суп картофельный с куриц	200\30	14,50	13,70	6,00	165,00				
3	Макрроны изд. отварные	100	6,49	8,05	34,70	208,60		57,15		3,75
4	Котлета рубленая из птицы	90	19,89	17,27	12,65	283,63	0,71	135,09	10,24	1,00
Всего:			19,89	17,27	12,65	283,63	0,71	135,09	34,29	2,41

5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	27,95	111,03	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
8	Фрукты	100	1,05	0,00	13,20	65,30				
Всего:										
7	День		48,11	39,82	122,59	991,46	11,35	263,58		11,35
ОБЕД										
1	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5				
2	Щи из свежей капусты с кур и смет	200\30\10	11,7	8	11,85	168,3	42,6	55,23	32,71	1,73
3	Рис отварной	100	2,47	2,83	27,62	138,99	0,00	12,78	9,87	0,74
4	Котлета рыбная с соус.молоч.	90\30	14,60	10,08	10,76	188,24		78,80	27,42	0,38
5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	27,95	111,03	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
8	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	92,00				
Всего:										
8	День		35,95	21,71	132,77	856,46	53,24	210,25	125,65	7,04
ОБЕД										
1	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5				
2	Суп рисовый с карт.и курицей	200\30	11,33	6,46	26,60	215,00		21,96	24,81	1,42
3	Картофельное пюре	150	3,26	6,11	21,07	143,20	0,00	12,78	9,87	0,74
4	Сосиска отварная	68,2	8,18	13,03	-	150,04	-	4,77	0,00	1,23
5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	27,95	111,03	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
8	Фрукты	100	1,05	0,00	13,20	65,30				
Всего:										
9	День		30	26,4	123,21	842,47	10,64	102,95	90,33	7,58
ОБЕД										
1	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5				
2	Суп гороховый с мясом с кур	200\30	14,60	13,70	6,03	165,30	18,00	50,85	54,25	3,68
3	Каша гречневая	100	5,45	9,36	29,07	215,45	0,00	32,13	42,20	3,44
4	Курица тушенная в соусе	74\26	16,91	10,63	4,10	203,37		43,10	21,24	5,59

5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	27,95	111,03	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
8	Фрукты	100	1,05	0,00	13,20	65,30				
Всего:										
10	ОБЕД		44,19	34,49	114,74	918,35	28,64	189,52	173,34	16,9
1	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5				
2	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со смет	200	8,01	10,85	17,66	196,41	17,28	34,32	33,13	1,76
3	Макаронные изд. отварные	100	6,49	8,05	34,70	208,60		7,90	10,24	1,00
4	Гуляш из мяса отварного	100	16,39	8,44	3,51	158,04		24,38	29,91	2,79
5	Компот из сухофруктов	200	1,24	0,00	27,95	111,03	10,64	39,44	25,25	2,63
6	Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	17,32	79,60	-	13,60	16,40	0,92
7	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,27	14,91	67,80	-	10,40	14,00	0,64
8	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	92,00				
Всего:										
			38,07	28,14	138,41	923,98	27,92	130,04	128,93	9,74