



12-дневное меню для организации питания детей

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы имени Героя Советского Союза В. Н. Сластина сельского поселения «Село Богородское»
Ульчского муниципального района Хабаровского края

На 2024-2025 уч.г.

с. Богородское 2024

Школа		МБОУ СОШ село Богородское		Отд./корп		День		первый	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
				100	32,00	102	1	10	2
Обед	закуска	20	салат из свежих огурцов	250	24,00	126	7	4	18
	1 блюдо	87	суп с рыбными консервами	150	75,00	156	15	10	6
	2 блюдо	255	Печень тушеная в сметанном соусе	150	28,00	102	2	5	13
	гарнир	125	Картофель отварной						
	сладкое			60	4,00	118	5	0	32
	хлеб бел.	б/н							
	хлеб черн.				200	27,00	110	0	0
гор.напиток		350	кисель из свежих ягод		190,00	714	30	29	100
ИТОГО									

Школа		МБОУ СОШ село Богородское				Отд./корп	День				второй
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо										
	гор.напиток										
	хлеб										
	фрукты										
Завтрак 2	фрукты										
Обед	закуска	59	салат из моркови с черносливом	100	27,00	67	1	1	15		
	1 блюдо	82	борщ с мясом из свежей капусты	250	43,00	143	8	6	11		
	2 блюдо	259	жаркое по домашнему	200	82,00	395	23	24	20		
	гарнир										
	сладкое										
	хлеб бел.	б/н	хлеб белый	60	4,00	118	5	0	32		
	хлеб черн.										
	гор.напиток		342	компот из свежих ягод	200	20,00	71	1	1	17	
ИТОГО					176,00	794	38	32	96		

Школа		МБОУ СОШ село Богородское				Отд./корп	День			третий
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	50	салат из свеклы с сыром	100	27,00	155	2	9	5	
	1 блюдо	115	суп куриный с крупой	250	47,00	83	2	5	14	
	2 блюдо	278	тефтели из говядины в молочном соусе	150	90,00	190	10	11	8	
	гарнир	171	каша гречневая раассыпчатая	150	15,00	169	8	8	36	
	сладкое									
	хлеб бел.									
	хлеб черн.	б/н			60	4,00	118	5	0	32
гор.напиток		376	чай с сахаром	200	5,00	60	0	0	15	
ИТОГО					188,00	775	27	33	110	

Школа		МБОУ СОШ село Богородское				Отд./корп	День				четвертый
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо										
	гор.напиток										
	хлеб										
	яйцо										
Завтрак 2	фрукты										
Обед	закуска	45	салат из белокачанной капусты с морковью	100	29,00	136	2	10	10		
	1 блюдо	б/н	свекольник с мясом	250	39,00	118	2	5	14		
	2 блюдо	345	котлеты куриные	90	54,00	193	11	12	8		
	гарнир	185	запеканка рисовая	200	35,00	237	5	2	48		
	сладкое										
	хлеб бел.	б/н	хлеб пшеничный	60	4,00	118	5	0	32		
	хлеб черн.										
	гор.напиток	350	кисель из свежих ягод	200	27,00	110	0	0	29		
ИТОГО					188,00	912	25	29	141		

Школа

МБОУ СОШ село Богородское

Отд./корп

День

пятый

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед		29	салат из сырых овощей	100	37,00	46	1	4	3
	закуска	102	суп картофельный куриный с бобовыми	250	43,00	212	7	6	27
	1 блюдо	259	жаркое по домашнему	200	82,00	395	23	24	20
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое			60	4,00	118	5	0	32
	хлеб бел.	б/н							
	хлеб черн.								
	гор.напиток		342	компот из свежих ягод	200	20,00	71	1	17
	фрукты								
ИТОГО					186,00	842	37	35	99

Школа

МБОУ СОШ село Богородское

Отд./корп

День

шестой

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
	яйцо								
Завтрак 2	фрукты								
Обед				60	35,00	10	1	0	2
	закуска	71	овощи натуральные	250	38,00	126	7	4	18
	1 блюдо	87	суп с рыбными консервами	200	65,00	289	12	12	32
	2 блюдо	244	плов из отварной птицы						
	гарнир								
	сладкое			60	4,00	118	5	0	32
	хлеб бел.	б/н	хлеб пшеничный						
	хлеб черн.			200	5,00	60	0	0	15
	гор.напиток	376	чай с сахаром	150	43,00	72	0	1	17
	фрукты	б/н	фрукты свежие		190,00	675	25	17	116
ИТОГО									

Школа		МБОУ СОШ село Богородское		Отд./корп	День				восьмой
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	овощи натуральные	60	35,00	10	1	0	2
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты	250	35,00	147	2	5	8
	2 блюдо	233	рыба запеченная в молочном соусе	150	54,00	185	18	12	18
	гарнир	128	пюре картофельное	200	37,00	148	4	9	25
	сладкое			60	4,00	118	5	0	32
	хлеб бел.	б/н							
	хлеб черн.								
гор.напиток		342	компот из свежих ягод	200	20,00	71	1	1	17
ИТОГО					185,00	679	31	27	102

Отд./корп

День

девятый

Школа	МБОУ СОШ село Богородское		Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ реч.							
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
				100	27,00	67	1	1	15
Обед	закуска	59	салат из моркови и чернослива	250	51,00	152	3	5	20
	1 блюдо	112	суп с курицей с макаронными изделиями	150	58,00	145	6	11	4
	2 блюдо	278	тефтели мясные	150	41,00	153	4	9	18
	гарнир	321	капуста тушеная						
	сладкое			60	4,00	118	5	0	32
	хлеб бел.	б/н							
	хлеб черн.								
	гор.напиток		376	чай с сахаром	200	5,00	60	0	15
ИТОГО					186,00	695	19	26	104

Школа	МБОУ СОШ село Богородское		Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.							
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	39 М		100	32,00	164	3	6	2
	1 блюдо		салат картофельный с кукурузой и морковью	250	39,00	118	2	5	14
	2 блюдо		свекольник с мясом	90	54,00	193	11	12	8
	гарнир		фрикадельки из кур с молочным соусом	200	37,00	201	4	14	16
	сладкое		овощи в молочном соусе						
	хлеб бел.			60	4,00	141	5	1	32
	хлеб черн.								
	гор.напиток			200	20,00	71	1	1	17
ИТОГО					186,00				