УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ

«ООШ» с.Перетино

\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.Н.Литвинская

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

МУНИЦИПАЛЬНОГО КАЗЁННОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» С.ПЕРЕТИНО ПАРТИЗАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Тефтеля мясная | 1/90 | 9,9 | 13,1 | 9,3 | 172,0 |
| Рис отварной со сливочным маслом | 1/180/5 | 4,1 | 5,6 | 45,3 | 219,4 |
| Закуска (икра кабачковая ж/д) | 1/50 | 1,8 | 8,8 | 7,7 | 119,0 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Чай с лимоном | 1/200/5 | 0,1 | 0,00 | 9,3 | 37,0 |
| Печенье | 1/40 | 4,8 | 5,1 | 36,4 | 59,0 |
|  | **610** | **23,4** | **33,58** | **124,7** | **690,4** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Тефтеля мясная | 1/90 | 9,9 | 13,1 | 9,3 | 172,0 |
| Рис отварной со сливочным маслом | 1/150/5 | 4,1 | 5,6 | 45,3 | 219,4 |
| Закуска (икра кабачковая ж/д) | 1/50 | 1,8 | 8,8 | 7,7 | 119,0 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Чай с лимоном | 1/200/5 | 0,1 | 0,00 | 9,3 | 37,0 |
| Печенье | 1/40 | 4,8 | 5,1 | 36,4 | 59,0 |
| Молоко 2,5% | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **780** | **32,8** | **37,68** | **124,8** | **918,40** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Макароны отварные с маслом | 1/180/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Сосиска отварная | 1/90 | 10,8 | - | 0,2 | 200,0 |
| Соус томатный | 1/30 | 0,2 | 1,8 | 2,1 | 22,3 |
| Закуска (зеленый горошек) | 1/50 | 1,8 | 0,05 | 4,9 | 55,0 |
| Хлеб пшеничный  | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Чай с сахаром  | 1/200 | 0,3 | 0,00 | 15,2 | 60 |
| Пряник  | 1/100 | 1,2 | 3,1 | 21,0 | 118,0 |
|  | **695** | **23,0** | **11,53** | **96,2** | **730,8** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Макароны отварные с маслом | 1/150/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Сосиска отварная | 1/90 | 10,8 | - | 0,2 | 200,0 |
| Соус томатный | 1/30 | 0,2 | 1,8 | 2,1 | 22,3 |
| Закуска (зеленый горошек) | 1/50 | 1,8 | 0,05 | 4,9 | 55,0 |
| Хлеб пшеничный  | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Чай с сахаром  | 1/200 | 0,3 | 0,00 | 15,2 | 60 |
| Пряник  | 1/100 | 1,2 | 3,1 | 21,0 | 118,0 |
| Молоко 2,5% | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **865** | **28,6** | **16,53** | **105,60** | **834,80** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Котлета рыбная  | 1/100 | 17,83 | 0,93 | 0,45 | 149,16 |
| Каша гречневая  | 1/180/5 | 9,5 | 7,4 | 45 | 252,4 |
| Огурец консервированный | 1/30 | 0,192 | 0,024 | 0,480 | 3,12 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Компот из с/ф | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Булочка с повидлом | 1/80 | 5,2 | 7,2 | 36,1 | 326,33 |
|  | **630,0** | **35,722** | **16,634** | **128,53** | **937,01** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Котлета рыбная  | 1/100 | 17,83 | 0,93 | 0,45 | 149,16 |
| Каша гречневая  | 1/150/5 | 9,5 | 7,4 | 45 | 252,4 |
| Огурец консервированный | 1/30 | 0,192 | 0,024 | 0,480 | 3,12 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Компот из с/ф | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Булочка с повидлом | 1/50 | 5,2 | 7,2 | 36,1 | 326,33 |
| Молоко 2,5% | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **775** | **41,29** | **21,63** | **137,93** | **1041,01** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Пельмени п/ф  | 1/250/5 | 23,9 | 10,45 | 43,24 | 362,88 |
| Чай с сахаром с лимоном  | 1/200 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 |
| Хлеб пшеничный Масло сливочное | 1/401/20 | 2,70,12 | 0,9816,5 | 16,70,18 | 84,0149,6 |
| Ватрушка с творогом | 1/90 | 8,6 | 4,2 | 27,1 | 183,0 |
|  | **605** | **35,69** | **32,13** | **102,42** | **839,48** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Пельмени п/ф  | 1/230/5 | 23,9 | 10,45 | 43,24 | 362,88 |
| Чай с сахаром с лимоном  | 1/200 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 |
| Хлеб пшеничный Масло сливочное | 1/401/20 | 2,70,12 | 0,9816,5 | 16,70,18 | 84,0149,6 |
| Ватрушка с творогом | 1/70 | 8,6 | 4,2 | 27,1 | 183,0 |
| Молоко 2,5% | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **775** | **48,22** | **37,13** | **111,82** | **943,48** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Котлета мясная п/ф  | 1/100 | 31,8 | 28,8 | 32,0 | 261,5 |
| Спагетти с маслом  | 1/180/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Закуска (Огурец консервированный) | 1/30 | 0,192 | 0,024 | 0,480 | 3,12 |
| Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Хлеб пшеничный с маслом и сыром | 1/40/10/20 | 9,2 | 12,0 | 24,0 | 242,0 |
| Булочка с повидлом | 1/50 | 5,2 | 7,2 | 36,1 | 326,33 |
|  | **645** | **29,86** | **16,38** | **120,15** | **870,60** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Котлета мясная п/ф  | 1/100 | 31,8 | 28,8 | 32,0 | 261,5 |
| Спагетти с маслом  | 1/150/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Закуска (Огурец консервированный) | 1/30 | 0,192 | 0,024 | 0,480 | 3,12 |
| Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Хлеб пшеничный с маслом и сыром | 1/40/10/20 | 9,2 | 12,0 | 24,0 | 242,0 |
| Булочка с повидлом | 1/60 | 5,2 | 7,2 | 36,1 | 326,33 |
| Молоко (кисломолочная продукция) | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **815** | **60,4** | **58,724** | **173,98** | **1274,95** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Вареники п/ф  | 1/250/5 | 7,15 | 9,1 | 42,30 | 491,2 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Какао с молоком  | 1/200 | 3,1 | 3,1 | 17,9 | 111,0 |
| Печенье | 1/40 | 4,8 | 5,1 | 36,4 | 59,0 |
|  | **535** | **17,75** | **18,28** | **113,30** | **745,20** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Вареники п/ф  | 1/230/5 | 7,15 | 9,1 | 42,30 | 491,2 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Какао с молоком  | 1/200 | 3,1 | 3,1 | 17,9 | 111,0 |
| Печенье | 1/40 | 4,8 | 5,1 | 36,4 | 59,0 |
| Молоко (кисломолочная продукция) | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **715** | **23,35** | **23,28** | **122,7** | **849,20** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Тефтеля мясная | 1/90 | 9,9 | 13,1 | 9,3 | 172,0 |
| Макароны отварные с маслом | 1/180/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Закуска (зеленый горошек) | 1/50 | 1,8 | 0,05 | 4,9 | 55,0 |
| Соус томатный | 1/30 | 0,2 | 1,8 | 2,1 | 22,3 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Компот из с/ф | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Булочка с повидлом | 1/60 | 8,9 | 5,4 | 36,7 | 218,50 |
|  | **655** | **30,0** | **27,03** | **141,7** | **890,30** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Тефтеля мясная | 1/90 | 9,9 | 13,1 | 9,3 | 172,0 |
| Макароны отварные с маслом | 1/150/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Закуска (зеленый горошек) | 1/50 | 1,8 | 0,05 | 4,9 | 55,0 |
| Соус томатный | 1/30 | 0,2 | 1,8 | 2,1 | 22,3 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Компот из с/ф | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Булочка с повидлом | 1/60 | 8,9 | 5,4 | 36,7 | 218,50 |
| Молоко (кисломолочная продукция) | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **825** | **35,6** | **31,248** | **151,10** | **994,30** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Котлета мясная п/ф  | 1/100 | 15,0 | 5,0 | 9,58 | 143,75 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 1/180 | 9,5 | 7,4 | 45,0 | 252,4 |
| Закуска (икра кабачковая ж/б)  | 1/50 | 1,8 | 8,8 | 7,7 | 119,0 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Чай с сахаром  | 1/200 | 0,1 | 0,00 | 9,1 | 35,0 |
| Пряник  | 1/100 | 1,2 | 3,1 | 21 | 118 |
|  | **675** | **30,3** | **25,28** | **109,08** | **752,15** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Котлета мясная п/ф  | 1/100 | 15,0 | 5,0 | 9,58 | 143,75 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 1/150 | 9,5 | 7,4 | 45,0 | 252,4 |
| Закуска (икра кабачковая ж/б)  | 1/50 | 1,8 | 8,8 | 7,7 | 119,0 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Чай с сахаром  | 1/200 | 0,1 | 0,00 | 9,1 | 35,0 |
| Пряник  | 1/100 | 1,2 | 3,1 | 21 | 118 |
| Молоко (кисломолочная продукция) | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **840** | **35,9** | **30,28** | **118,48** | **856,15** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Сосиска отварная  | 1/90 | 10,8 | - | 0,2 | 200 |
| спагетти отварные со сливочным маслом  | 1/180/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Закуска (Огурец консервированный) | 1/50 | 1,26 | 5,5 | 4,15 | 65,1 |
| Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Ватрушка с творогом | 1/70 | 8,6 | 4,2 | 27,1 | 183,0 |
|  | **635** | **29,86** | **16,38** | **120,15** | **870,60** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Сосиска отварная  | 1/90 | 10,8 | - | 0,2 | 200 |
| спагетти отварные со сливочным маслом  | 1/150/5 | 6,2 | 5,6 | 42,2 | 216,5 |
| Закуска (Огурец консервированный) | 1/50 | 1,26 | 5,5 | 4,15 | 65,1 |
| Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,3 | 0,1 | 29,8 | 122,0 |
| Хлеб пшеничный | 1/40 | 2,7 | 0,98 | 16,7 | 84,0 |
| Ватрушка с творогом | 1/70 | 8,6 | 4,2 | 27,1 | 183,0 |
| Молоко (кисломолочная продукция) | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **805** | **35,46** | **21,38** | **129,55** | **974,60** |

**Стоимость 70 рублей**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа»

с.Перетино

Партизанского муниципального района

(МКОУ «ООШ» с.Перетино)

**Меню для 5-9 классов**

**и льготной категории учащихся на . .2021**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Каша рисовая молочная | 1/250 | 7,55 | 12,45 | 39,15 | 299,17 |
| Хлеб пшеничный с маслом и сыром | 1/40/10/20 | 9,2 | 12,0 | 24,0 | 242,0 |
| Какао с молоком | 1/200 | 3,1 | 3,1 | 17,9 | 111,0 |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4,8 | 5,1 | 36,4 | 59,0 |
|  | **560** | **24,65** | **32,65** | **117,45** | **711,17** |

**Стоимость 70 рублей**

**Меню для 1-4 классов**

**Завтрак**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гр  | Б | Ж | У | ЭЦ |
| Каша рисовая молочная | 1/230 | 7,55 | 12,45 | 39,15 | 299,17 |
| Хлеб пшеничный с маслом и сыром | 1/40/10/20 | 9,2 | 12,0 | 24,0 | 242,0 |
| Какао с молоком | 1/200 | 3,1 | 3,1 | 17,9 | 111,0 |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4,8 | 5,1 | 36,4 | 59,0 |
| Молоко (кисломолочная продукция) | 1/200 | 5,6 | 5,0 | 9,4 | 104,0 |
|  | **740** | **30,25** | **37,65** | **126,45** | **815,17** |

**Стоимость 70 рублей**