

Директор МБОУ "ПРЯЖИНСКАЯ СОШ"

Санникова Ольга Николаевна

9/1/2025

Директор ООО "ГОРЯЧИЕ ПИРОГИ"

Слесарева Юлия Олеговна

9/1/2025

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ст. школьники 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
ОБЕД	Суп картофельный с горохом	290	8.44	12.38	45.24	349.45	29/2
	Биточек из курицы с соусом	100	10.42	3.41	7.09	99.01	128
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.44	7.72	46.69	298.62	62
	Компот	200	0.08	0.00	10.62	40.44	184
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>800</b>	<b>31.66</b>	<b>25.19</b>	<b>124.43</b>	<b>851.12</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>800</b>	<b>31.66</b>	<b>25.19</b>	<b>124.43</b>	<b>851.12</b>	
<b>День 2</b>							
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	270	4.45	14.99	7.64	182.74	22
	Котлета рыбная с соусом молочным натуральным	100	9.45	5.40	9.81	124.26	92/1
	Рис отварной	180	4.64	5.67	48.10	261.94	64
	Компот	200	1.68	0.24	47.06	193.28	868
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
	Батон	30	2.28	1.68	14.88	83.7	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>810</b>	<b>24.78</b>	<b>29.66</b>	<b>142.28</b>	<b>909.52</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>810</b>	<b>24.78</b>	<b>29.66</b>	<b>142.28</b>	<b>909.52</b>	
<b>День 3</b>							
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4.00	9.93	12.45	163.45	23
	Жаркое по-домашнему	280	29.59	28.84	25.45	476	114
	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1.62	10.12	9.75	135.88	9
	Компот	200	0.08	0.00	10.62	40.44	184
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>860</b>	<b>37.57</b>	<b>50.57</b>	<b>73.06</b>	<b>879.37</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>860</b>	<b>37.57</b>	<b>50.57</b>	<b>73.06</b>	<b>879.37</b>	
<b>День 4</b>							
ОБЕД	Рассольник домашний	270	4.70	15.23	16.69	221.99	25
	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	100	8.56	9.32	7.98	149.56	121/1
	Картофельное пюре	180	3.96	6.53	26.14	179.86	69
	Компот	200	1.68	0.24	47.06	193.28	868
	Батон	20	1.52	1.12	9.92	55.8	Пром.
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>800</b>	<b>22.70</b>	<b>34.12</b>	<b>122.58</b>	<b>864.09</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>800</b>	<b>22.70</b>	<b>34.12</b>	<b>122.58</b>	<b>864.09</b>	
<b>День 5</b>							
ОБЕД	Суп с вермишелью на курином бульоне	250	7.72	5.53	13.98	126	586а
	Курица тушеная с морковью	100	15.06	6.22	5.10	137.39	130
	Макаронные отварные	180	7.02	6.30	42.73	255.46	59
	Компот	200	1.68	0.24	47.06	193.28	868
	Батон	40	3.04	2.24	19.84	111.6	Пром.
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>800</b>	<b>36.80</b>	<b>22.21</b>	<b>143.50</b>	<b>887.33</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>800</b>	<b>36.80</b>	<b>22.21</b>	<b>143.50</b>	<b>887.33</b>	
<b>День 6</b>							
ОБЕД	Суп картофельный с горохом	260	7.57	11.10	40.56	313.3	29/2
	Гуляш из мяса птицы	100	15.20	2.46	3.49	97.24	311
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.44	7.72	46.69	298.62	62
	Компот	200	0.08	0.00	10.62	40.44	184

	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
	Батон	30	2.28	1.68	14.88	83.7	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>800</b>	<b>37.85</b>	<b>24.64</b>	<b>131.03</b>	<b>896.9</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>800</b>	<b>37.85</b>	<b>24.64</b>	<b>131.03</b>	<b>896.9</b>	
<b>День 7</b>							
<b>ОБЕД</b>	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4.00	9.93	12.45	163.45	23
	Биточек из курицы с соусом	100	10.42	3.41	7.09	99.01	128
	Пюре картофельное	180	4.86	7.20	10.44	126	377
	Горошек зеленый с яйцом	100	5.88	5.19	4.89	89.61	2/1
	Компот	200	1.68	0.24	47.06	193.28	868
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
	Батон	30	2.28	1.68	14.88	83.7	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>890</b>	<b>31.40</b>	<b>29.33</b>	<b>111.60</b>	<b>818.65</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>890</b>	<b>31.40</b>	<b>29.33</b>	<b>111.60</b>	<b>818.65</b>	
<b>День 8</b>							
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты со сметаной	270	4.45	14.99	7.64	182.74	22
	Макароны отварные с сыром	280	16.77	13.46	59.02	423.89	61
	Винегрет с растительным маслом*	100	1.24	10.16	7.34	126.69	17
	Компот	200	0.08	0.00	10.62	40.44	184
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>880</b>	<b>24.82</b>	<b>40.29</b>	<b>99.41</b>	<b>837.36</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>880</b>	<b>24.82</b>	<b>40.29</b>	<b>99.41</b>	<b>837.36</b>	
<b>День 9</b>							
<b>ОБЕД</b>	Рассольник домашний	270	4.70	15.23	16.69	221.99	25
	Котлета рыбная с соусом молочным натуральным	100	9.45	5.40	9.81	124.26	92/1
	Картофель отварной	180	3.67	7.34	28.91	196.81	692
	Компот	200	1.68	0.24	47.06	193.28	868
	Батон	30	2.28	1.68	14.88	83.7	Пром.
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>810</b>	<b>24.06</b>	<b>31.57</b>	<b>132.14</b>	<b>883.64</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>810</b>	<b>24.06</b>	<b>31.57</b>	<b>132.14</b>	<b>883.64</b>	
<b>День 10</b>							
<b>ОБЕД</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6.23	5.00	32.25	193.92	56/1
	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	100	8.56	9.32	7.98	149.56	121/1
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.44	7.72	46.69	298.62	62
	Компот	200	0.08	0.00	10.62	40.44	184
	Батон	40	3.04	2.24	19.84	111.6	Пром.
	Хлеб	30	2.28	1.68	14.79	63.6	Пром.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>800</b>	<b>30.63</b>	<b>25.96</b>	<b>132.17</b>	<b>857.74</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>800</b>	<b>30.63</b>	<b>25.96</b>	<b>132.17</b>	<b>857.74</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>8250</b>	<b>302.27</b>	<b>313.54</b>	<b>1212.20</b>	<b>8685.72</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>825</b>	<b>30.23</b>	<b>31.35</b>	<b>121.22</b>	<b>868.572</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060066

Владелец Санникова Ольга Николаевна

Действителен с 23.12.2024 по 23.12.2025