

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ «КАРТАСОВСКИЙ РАЙОН»
ТОМСКАЯ ОБЛАСТЬ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, ОПЕКИ И ПОПЕЧИТЕЛЬНОСТИ**

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Новоюганская средняя общеобразовательная школа»
636714 село Новоюганское Картасовский район Томская область ул. Центральная № 74
телефон(253) 37-1-40 – директор /факс(253) 37-1-40 /
E-mail: novoyugino@yandex.ru

Сотласовано

Директор МКОУ «Новоюганская СОШ»

Гурдина Л.А.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для обучающихся в 1-4 классах (1смена)

с 1 апреля 2025 г.

№ рец сборник 2020г.	Наименование блюда	Выход грамм	Белки гр.	Жиры гр.	Углевод ы гр.	Энергетическ ая ценность Ккал.
	<u>Понедельник</u>					
54-4м-2020	Котлета мясная с соусом	110	14,1	11,9	6,3	47
54-4г-2020	Гречка отварная	150	8,2	6,5	42,8	262,2
	Сок фруктовый	200	0,08	0	26,3	105
5	Хлеб пшеничный	50	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		24,36	18,7	87,48	472,2
	<u>Вторник</u>					
54-11м-2020	Плов	250	16,5	13,4	43,7	353,9
54-7хн-2020	Компот из свежих ягод	200	0,6	0	22,7	93,2
5	Хлеб пшеничный	50	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		19,08	13,7	78,48	505,1
	<u>Среда</u>					
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,7	23,7	168
54-6м-2020	Биточки из говядины с соусом	100	14,1	11,9	6,3	199
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	210	0,3	0	6,7	27,6
70	Салат овощной	60	0,33	0,06	1,14	6,7
5	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		19,81	17,9	49,92	459,3
	<u>Четверг</u>					
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,7	7,8	39	249,1
288/331	Курица запеченная с соусом	130	22,65	19,63	4,62	281,5
261	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	15,72	117
5	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		30,87	27,9	71,42	705,6

	<u>Пятница</u>					
436	Жаркое по-домашнему	240	8,1	6,3	8,2	121,9
	Выпечка	1 шт	1,3	15,2	13,1	816
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,6
70	Овощи свежие	60	0,33	0,06	1,14	6,7
5	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		12,01	21,8	41,22	1030,2
	<u>Понедельник</u>					
54-1г-2020	Макароны отварные	150	7,29	6,62	49,34	274,7
288/331	Курица запеченная с соусом	130	22,65	19,63	4,62	281,5
	Сок фруктовый	200	0,08	0	26,3	105
5	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		32	26,5	92,34	719,2
	<u>Вторник</u>					
54-4г-2020	Гречка отварная	150	8,2	6,5	42,8	262,2
54-8м-2020	Тефтели мясные с соусом	110	8,4	6	4,7	106,1
54-7хн-2020	Компот из свежих ягод	200	0,6	0	22,7	93,2
5	Хлеб пшеничный	50	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		19,18	12,8	82,28	519,5
	<u>Среда</u>					
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,2	38,1	213,2
54-2м-2020	Гуляш	80	13,8	11,2	3,3	169,6
70	Салат овощной	60	0,33	0,06	1,14	6,7
54-3гн-2020	Чай с сахаром	210	0,3	0	6,7	27,6
5	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		20,01	16,7	61,32	511,6
	<u>Четверг</u>					
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,7	23,7	158,0
54-10м-2020	Капуста тушеная с курицей	200	22,7	36,3	16,3	482,3
54-1хн-2020	Компот из свежих ягод	200	0,3	0	10,5	43,1
5	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,25	12,08	58
70	Овощи свежие	60	0,33	0,06	1,14	6,7
	<u>Итого</u>		28,41	42,3	63,72	748,1

	<u>Пятница</u>					
54-11м-2020	Плов	250	16,5	13,4	43,7	353,9
	Выпечка	1 шт	1,3	15,2	13,1	816
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	210	0,3	0	6,7	27,6
5	Хлеб пшеничный	30	1.98	0,25	12,08	58
	<u>Итого</u>		20,08	28,9	75,58	1255,5

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна - принят 2020год – 544с.