

Согласовано:

Директор МБОУ «Денисовская СШ»
Мартыненко А.Н.

Утверждаю:

И.П.Рвачев С.В.
Рвачев С.В.

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для школьной столовой (обед многодетные)

на 2026 год

Наименование блюда	выход	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
ДЕНЬ 1					
птица тушеные	80	11,66	11,66	7,15	166
макароны с маслом	150	6,5	6,9	36,5	234,8
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
чай с сахаром	200	0,6	0,09	32	132,8
ИТОГО		23,32	19,19	103,37	666,2

ДЕНЬ 2

суп гороховый с кур. груд	200/40	1,8	4,9	10,9	103,7
чай с лимоном	200	0,6	0,09	32	132,8
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		6,96	5,53	70,62	369,1

ДЕНЬ 3

картофель и овощи тушенные в соусе	150	1,7	4,9	7,9	90
котлеты рыбные	80	14,3	10,2	29,55	233
компот	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		20,63	15,66	80,17	515,6

ДЕНЬ 4

щи с картоф и кур. грудки	200/40	2,7	2,8	17,4	118,2
компот	200	0,13	0,02	15,2	62
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		7,39	3,36	60,32	312,8

ДЕНЬ 5

каша перловая	150	6,5	6,9	36,5	234,8
гуляш из птицы	100	17	20,8	3	220,5
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		28,13	28,26	82,22	647,9

ДЕНЬ 6

суп картоф . с кур.грудки	200/40	1,7	4,9	7,9	90
чай с лимоном	200	0,6	0,09	32	132,8
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		6,86	5,53	67,62	355,4

ДЕНЬ 7

котлеты московские с соусом	70/30	1,9	2,7	12,1	85,7
каша пшеничная	150	5,82	5,83	3,51	83
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		12,35	9,09	58,33	361,3

ДЕНЬ 8

борщ с кур.грудки	200/40	5,4	5,2	16,5	148,2
чай с сахаром	200	0,13	0,02	15,2	62
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		10,09	5,76	59,42	342,8

ДЕНЬ 9

каша гречневая	150	6,5	6,9	36,5	234,8
рыба тушеная с овощами	100	5,4	10,9	5,8	144
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
компот из сухофруктов	200	0,6	0,09	32	132,8
ИТОГО		17,06	18,43	102,02	644,2

ДЕНЬ 10

суп картоф. с мак и кур.грудки	200/40	2,7	2,8	17,4	118,2
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	40	4,56	0,54	27,72	132,6
ИТОГО		7,33	3,36	60,12	310,8
В среднем за 10 дней		25,5	25,3	113,2	806,4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114456

Владелец Мартыненко Анастасия Николаевна

Действителен с 18.04.2025 по 18.04.2026