



Утверждаю
 Директор МОУ "Гусевская СОШ"
 В.И. Кошелев

Согласовано
 Родительский комитет
Андреева Н.И.

Десятидневное меню для льготной категории обучающихся (дети из многодетных семей, дети с ОВЗ) из расчета 1д/д 40 руб. 1-4классов (обед)

№ реце пт			белки	жиры	углеводы	э/ц
1 ДЕНЬ						
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,28	16,33	134,75
	Макаронны отварные, колбасные изделия	100 80	11,7 8,32	12,47 16,00	77,25 16,96	468,05 179,2
	Компот из с/ф	200	0,96	-	51,36	196,72
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68
2 ДЕНЬ						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,675	2,5	18,825	111,67 5
	Картофельное пюре со слив. м/м, Котлета мясная	150 75	3,26 12,44	9,62 9,24	18,89 12,56	181,5 183,00
	Свежий овощ	50	1	0,4	2,3	21
	Чай с сахаром	200	0,2	-	14,00	28,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68
3 ДЕНЬ						
	Суп с рыбными консервами и пшеном	250	8,6	8,4	14,32	167,25
	Рис отвар. Запеченная голень кур	100 85	7,76 19,3	12,99 16,00	66,67 0,06	414,6 221,44
	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68
4 ДЕНЬ						
	Борщ с курицей и капустой	250	1,81	4,91	125,25	102,5
	Гречка рассыпчатая отварная	100	0,25	42,77	0,41	387,59
	Бефстроганов из печени	80	27,89	18,62	11,36	259,70
	Чай с лимоном	200	4,51	1,14	7,71	114,66
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68

5 ДЕНЬ						
Суп картофельный с крупами	250	1,98	2,74	14,58	90,75	
Пельмени со слив.м/м.	150	13,92	6	16,32	241,26	
Чай с сахаром	200	0,2	-	14,00	28,00	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68	
6 ДЕНЬ						
Рассольник с курицей и сметаной	250	2,7	7,2	13,35	123,9	
Блины со сгущ. молоком	150	11,8	10,6	72,9	434	
Бутерброд с колбасой	30/47	15,98	23,04	14,76	330,32	
Чай с сахаром	200	0,2	-	14,00	28,00	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68	
7 ДЕНЬ						
Суп картофельный с рисом и мясными фрикадельками	250	7,29	5,7	16,99	148,5	
Тефтели мясные	80	11,78	12,91	14,9	223,00	
Свежий огурец	50	1	0,4	2,3	21	
Компот из с/ф	200	0,96	-	51,36	196,72	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68	
8 ДЕНЬ						
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,89	8,49	84,75	
Картофельное пюре со слив. м/м	150	3,26	9,62	18,89	181,5	
Печень тушеная в соусе	80	9,14	12,6	2,0	157,6	
Свежий овощ	50	1	0,4	2,3	21	
Чай с лимоном	200	4,51	1,14	7,71	114,66	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68	
9 ДЕНЬ						
Суп с колбасными изделиями	250	8,94	10,34	18,89	178,75	
Рис отварной	100	7,76	12,99	66,67	414,6	
Рыба запеченая	100	19,53	4,78	4,19	137,42	
Компот из с/ф	200	0,96	-	51,36	196,72	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68	
10 ДЕНЬ						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,81	4,91	125,25	102,5	
Гречка отварная рассыпчатая	100	0,25	42,77	0,41	387,59	
Колбасные изделия	80	8,32	16	16,96	179,2	
Сок	200	1	-	20,2	84,8	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	57,68	