

Утверждаю:

Директор МБОУ «Утянская средняя  
общеобразовательная школа»  
Красногвардейского района Белгородской области

Ю.А. Бурминов



**МЕНЮ ГОРЯЧИХ ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
1-4 КЛАССОВ  
МБОУ «УТЯНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА»  
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА  
БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
на 2021-2022 учебный год  
осенне-зимний период**

№ рецептуры (7-11л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		Г.	Г.	Г.	Г.	Г.
	<b>понедельник, 1неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
268ГОСТ	Палочки мясные детские, запеченные	90	15,1	12,2	6,0	194,6
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>31,7</b>	<b>29,6</b>	<b>93,4</b>	<b>766,9</b>
	<b>вторник, 1неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
54-5з-2020	Салат с помидор и огурцов	60	0,6	0,1	1,9	10,7
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	200	6,8	4,6	14,4	125,9
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	90	15,1	14,2	5,9	219,9
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>28,5</b>	<b>28,4</b>	<b>94</b>	<b>733,7</b>
54-6гн-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5
	<b>Среда, 1неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
54-13з-2020	Салат из отварной свеклы	60	0,8	2,7	4,6	45,6
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-21м-2020	Мясо птицы запеченное	90	28,9	2,1	1	139,3
54-6гн-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5
Пром.	Сок (в ассортименте)	200	0,4	0,4	9,8	42
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>43,8</b>	<b>16,4</b>	<b>94,2</b>	<b>697,6</b>
	<b>Четверг, 1неделя</b>					
	<b>Обед</b>					

54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-7с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,7	17,2	318
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>735</b>	<b>33,6</b>	<b>30,1</b>	<b>91,3</b>	<b>770,4</b>
	<b>Пятница, 1неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
54-13з-2020	Икра свекольная	60	1,3	4,2	6,8	71,4
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5
54-4м-2020	Котлеты из говядины	90	13,7	13,1	12,4	221,3
Пром.	Сок (в ассортименте)	200	0,4	0,4	9,8	42
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>29,1</b>	<b>28,8</b>	<b>93,4</b>	<b>787,2</b>
	<b>Понедельник, 2неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,6	5,7	11,6	116,1
268ГОСТ	Палочки мясные детские, запеченные	90	15,1	12,2	6,0	194,6
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>31,6</b>	<b>29,6</b>	<b>94,9</b>	<b>772,6</b>
	<b>Вторник, 2неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
Пром.	Икра кабачковая	60	0,8	2,8	4,4	46,8
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4

54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе с сыром (минтай)	90	12,3	6,7	5,7	132,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
Пром.	Сок (в ассортименте)	200	0,4	0,4	9,8	42
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>26,7</b>	<b>21,5</b>	<b>82,0</b>	<b>627,8</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
54-5з-2020	Салат с помидор и огурцов	60	0,6	0,1	1,9	10,7
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6
54-12м-2020	Плов с курицей	200	18,5	7,4	33,1	273,1
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>735</b>	<b>30,1</b>	<b>11,0</b>	<b>105,5</b>	<b>641,2</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
<b>6</b>	<b>Обед</b>					
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	22,1	21,9	13,2	339,4
Пром.	Сок (в ассортименте)	200	0,4	0,4	9,8	42
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>675</b>	<b>32,5</b>	<b>28,7</b>	<b>65,3</b>	<b>648,6</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
	<b>Обед</b>					
54-5з-2020	Салат с помидор и огурцов	60	0,6	0,1	1,9	10,7
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	7,9	3,8	12,4	115,7
173	Каша гречневая с маслом	150	4,9	6,4	48,7	271,3
54-21м-2020	Мясо птицы запеченное	90	28,9	2,1	1	139,3
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6

Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>48,1</b>	<b>13,1</b>	<b>116</b>	<b>774,8</b>