«Утверждаю»
Директор МБОУ «Весьегонская СОШ»:
_____Ковалец Ю.А.

Примерное меню
для обучающихся 1-4 классов по категории 7-11 лет МБОУ «Весьегонская СОШ», корпус №1, получателей дополнительной меры социальной поддержки в виде бесплатного питания,
разработанное на основании сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под общей редакцией В.Т. Лапшиной 2004

Сб. рец.,№ рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. цен. Ккал
			Б	Ж	У	
	День 1					
	Обед					
110	Борщ с капустой и картофелем	250	2,0	5,2	13,1	106
337	Яйцо отварное	1шт/40	5,1	4,6	0,3	63
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**8,98**	**10,13**	**41,4**	**216,7**
	День 2					
	Обед					
134	Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116
3	Бутерброд с сыром	50	6,7	11,3	10,4	175,7
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**11,8**	**16,73**	**52,7**	**409,4**
	День 3					
	Обед					
139	Суп гороховый	250	6,2	5,6	22,3	167
732	Оладьи с повидлом	150/10	10,95	10,5	69,15	417
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**19,03**	**16,43**	**119,5**	**701,7**
	День 4					
	Обед					
160	Суп молочный с вермишелью	250	7	7,9	24,7	141
337	Яйцо отварное	1шт/40	5,1	4,6	0,3	63
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**26,78**	**18,13**	**74,3**	**509,7**
	День5					
	Обед					
772	Булочка с маком	100	8,1	3,1	52,6	275
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21,0	120
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**12,88**	**55,93**	**101,6**	**512,7**
	День 6					
	Обед					
138	Суп картофельный с крупой	250	2,5	3	18,3	113
772	Булочка ванильная	100	7,9	8,5	58,1	343
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**12,28**	**11,83**	**104,4**	**573,7**
	День 7					
	Обед					
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21,0	120
302	Каша гречневая	200/15	3,0	2,75	17,9	111
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**7,78**	**5,58**	**67,9**	**448,7**
	День 8					
	Обед					
124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2	4,3	10	88
732	Оладьи с повидлом	150/10	10,95	10,5	69,15	417
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Весьегонская СОШ»:
_____Ковалец Ю.А.

Примерное меню
для обучающихся 1-4 классов по категории 7-11 лет МБОУ «Весьегонская СОШ», корпус №1, получателей дополнительной меры социальной поддержки в виде бесплатного питания,
разработанное на основании сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под общей редакцией В.Т. Лапшиной 2004

Сб. рец.,№ рец.	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. цен. Ккал
			Б	Ж	У	
День 1						
Обед						
110	Борщ с капустой и картофелем	250	2,0	5,2	13,1	106
337	Яйцо отварное	1шт/40	5,1	4,6	0,3	63
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**8,98**	**10,13**	**41,4**	**216,7**
День 2						
Обед						
134	Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116
3	Бутерброд с сыром	50	6,7	11,3	10,4	175,7
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**11,8**	**16,73**	**52,7**	**409,4**
День 3						
Обед						
139	Суп гороховый	250	6,2	5,6	22,3	167
732	Оладьи с повидлом	150/10	10,95	10,5	69,15	417
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**19,03**	**16,43**	**119,5**	**701,7**
День 4						
Обед						
160	Суп молочный с вермишелью	250	7	7,9	24,7	141
337	Яйцо отварное	1шт/40	5,1	4,6	0,3	63
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**26,78**	**18,13**	**74,3**	**509,7**
День5						
Обед						
772	Булочка с маком	100	8,1	3,1	52,6	275
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21,0	120
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**12,88**	**55,93**	**101,6**	**512,7**
День 6						
Обед						
138	Суп картофельный с крупой	250	2,5	3	18,3	113
772	Булочка ванильная	100	7,9	8,5	58,1	343
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**12,28**	**11,83**	**104,4**	**573,7**
День 7						
Обед						
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21,0	120
302	Каша гречневая	200/15	3,0	2,75	17,9	111
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**7,78**	**5,58**	**67,9**	**448,7**
День 8						
Обед						
124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2	4,3	10	88
732	Оладьи с повидлом	150/10	10,95	10,5	69,15	417
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58

	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**14,83**	**15,13**	**107,2**	**622,7**
День 9						
Обед						
181	Суп рыбный(уха с перлов.круп)	250	1,4	0,3	0,3	10
772	Булочка с маком	100	8,1	3,1	52,6	275
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**11,38**	**3,73**	**80,90**	**402,7**
День10						
Обед						
130	Рассольник	250	2,1	4,5	13,6	104
337	Яйцо отварное	1шт/40	5,1	4,6	0,3	63
685	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58
	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	13,0	59,7
	Итого		**9,08**	**9,43**	**41,9**	**284,7**