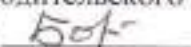


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 п. ИВНЯ»
ИВНЯНСКОГО РАЙОНА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано

председатель родительского комитета

Н.В. Бородина 

Утверждаю

Директор

МБОУ «СОШ №2 п. Ивня»

Л.А. Лысенко 

Перспективное меню
МБОУ «СОШ №2 п. Ивня»
Ивнянского района Белгородской области

Целевой контингент: 1-4; 5-11 классы

Меню горячих обедов для обучающихся 5-11 классов

№ рецептуры (11 л. и старше)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
	Обед					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками*	100	1	10,2	7,2	123,7
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,1	12,7	137,9
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,9	6,4	48,7	271,3
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,7	7,4	6,3	147,1
Пром.	Сок (в ассортименте)	200	0,4	0,4	9,8	42
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	29,6	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	45	2,9	0,6	14,9	76,8
	Итого за Обед	955	33,4	32,5	129,2	939,4
<i>*С 01.03- заменяется на блюдо «Икра морковная 54-12з-2020»</i>						
	Вторник, 1 неделя					
	Обед					
Пром.	Икра кабачковая	100	1,3	4,7	7,3	78
54-15с-2020	Рассольник домашний	250	5,7	7,2	14,5	145,1
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	22,1	21,9	13,2	339,4
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	45	2,9	0,6	14,9	76,8
	Итого за Обед	840	35,8	34,7	91,9	825,9
	Среда, 1 неделя					

	Обед					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	100	1,3	4,5	7,7	76
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1	149,5
54-12м-2020	Плов с курицей	200	18,5	7,4	33,1	273,1
Пром.	Сок (в ассортименте)	200	0,4	0,4	9,8	42
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	29,6	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	45	2,9	0,6	14,9	76,8
	Итого за Обед	855	34,2	16,8	118,2	758
	Четверг, 1 неделя					
	Обед					
54-5з-2020	Помидоры и огурцы (сезонные)	100	1	0,2	3,2	17,8
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	250	8,4	5,8	20,4	166,4
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 ржаной	45	2,9	0,6	14,9	76,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	29,6	140,6
	Итого за Обед	855	37,5	25,7	105,1	800,6
	Пятница, 1 неделя					
	Обед					
54-15з-2020	Икра свекольная	100	2,2	7	11,3	119
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,2	115,3
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,9	6,4	48,7	271,3
54-4м-2020	Котлеты из говядины	100	18,3	17,5	16,5	295,1
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	45	2,9	0,6	14,9	76,8
	Итого за Обед	940	37,8	39,2	130,6	1025,1
	Понедельник, 2 недели					
	Обед					
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	100	1	8,8	6,8	111,8

	Итого за Обед	955	38,9	33,9	123	954,2
	Четверг, 2 неделя					
	Обед					
54-18с-2020	Свекольник	250	2,1	4,6	13,1	101,7
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	60	4,6	0,4	29,6	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	45	2,9	0,6	14,9	76,8
	Итого за Обед	755	32,1	27,9	80,6	700,5
	Пятница, 2 неделя					
	Обед					
54-3з-2020	Помидор (сезонный)	100	1,2	0,2	3,8	21,3
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9,9	4,8	15,6	144,6
54-26м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2	26,4	408,7
54-1хв-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	29,6	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	45	2,9	0,6	14,9	76,8
	Итого за Обед	855	42,7	29,2	110,1	873

Меню горячих завтраков для обучающихся 5-11 классов

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность ккал.
		г.		г.	г.	г.	г.			
	Понедельник, 1 неделя									
	Завтрак									
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15		3,5	4,4	0		53,7		
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200		5	5,8	24,3		188,9		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200		0,2	0	6,5		26,8		
Пром.	Хлеб пшеничный	30		2,3	0,2	14,8		78,3		
Пром.	Хлеб ржаной	20		1,3	0,3	6,7		34,1		
	Итого за Завтрак	465		12,3	10,7	52,1		353,8		
	Вторник, 1 неделя									
	Завтрак									
54-1г-2020	Макаронные отварные	200		7,2	6,5	43,7		262,4		
54-5м-2020	Котлеты из курицы	100		19,2	4,3	13,5		188,5		
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200		0,3	0	6,7		27,8		
Пром.	Хлеб пшеничный	30		2,3	0,2	14,8		78,3		
Пром.	Хлеб ржаной	20		1,3	0,3	6,7		34,1		
	Итого за Завтрак	550		30,3	11,3	85,4		503,2		
	Среда, 1 неделя									
	Завтрак									
54-20з-2020	Горошек зеленый	100		2,8	0,2	5,8		36,8		
54-1о-2020	Омлет натуральный	200		16,9	2,4	4,4		388,7		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200		0,2	0	6,5		26,8		
Пром.	Фрукты (в ассортименте)	100-120		1,1	0,2	18,4		79,8		
Пром.	Хлеб пшеничный	30		2,3	0,2	14,8		78,3		
Пром.	Хлеб ржаной	20		1,3	0,3	6,7		34,1		
	Итого за Завтрак	550		24,6	24,9	56,6		548,3		
	Четверг, 1 неделя									
	Завтрак									
54-2з-2020	Огурец (сезонный)	100		0,8	0,2	2,5		14,2		
54-11г-2020	Картофельное пюре	200		4,3	6,9	26,4		115,9		
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100		18,9	2,2	5,5		295,8		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200		0,2	0	6,5		26,8		
Пром.	Хлеб пшеничный	30		2,3	0,2	14,8		78,3		
Пром.	Хлеб ржаной	20		1,3	0,3	6,7		34,1		
	Итого за Завтрак	650		27,8	29,6	62,4		627,1		
	Пятница, 1 неделя									
	Завтрак									
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	200		8,4	10,8	38,4		233,9		
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200		0,3	0	6,7		27,9		
Пром.	Фрукты (в ассортименте)	100-120		1,1	0,2	18,4		79,8		
Пром.	Хлеб пшеничный	30		2,3	0,2	14,8		78,3		
Пром.	Хлеб ржаной	20		1,3	0,3	6,7		34,1		
	Итого за Завтрак	20		1,3	0,3	6,7		34,1		

Меню горячих обедов для обучающихся 1-4 классов

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры
		г.	г.	г.
Понедельник, 1 неделя				
	Обед			
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками*	60	0,6	6,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8
54-11р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12,3	6,7
Пром.	Сок (в асортименте)	200	0,4	0,4
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4
	Итого за Обед	775	27	24,4

*С 01.03- заменятся на блюдо «Икра морская» 54-12з-2020»

Вторник, 1 неделя				
	Обед			
Пром.	Икра кабачковая	60	0,8	2,8
54-15с-2020	Рассольник домашний	200	4,6	5,7
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	22,1	21,9
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4
	Итого за Обед	720	32,2	31
	Среда, 1 неделя			
	Обед			
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8
54-12м-2020	Плов с курицей	200	18,5	7,4
Пром.	Сок (в асортименте)	200	0,4	0,4
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3
Пром.	Хлеб ржаной	35	2,3	0,5
	Итого за Обед	740	30,5	14,1
	Четверг, 1 неделя			
	Обед			
54-5з-2020	Помидоры и огурца (сезонные)	60	0,6	0,1
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,7
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0
Пром.	Хлеб ржаной	35	2,3	0,5
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3

Меню горячих завтраков для обучающихся 1-4 классов

№ рецептуры (7-11 п.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-16-2020	Капша "Дружба"	200	5	5,8	24,1	168,9
54-20-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за Завтрак	465	12,3	10,7	52,1	353,8
	Дополнительное питание:					
	Молоко в ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	ИТОГО завтрак+ доп. питание	665	17,7	15,1	60,9	450,2
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1-2020	Макаронны отварные	200	7,2	6,5	43,7	262,4
54-5-2020	Котлеты из курицы	100	19,2	4,3	13,5	168,5
54-3-2020	Чай с лимонном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за Завтрак	550	30,3	11,3	85,4	563,2
	Дополнительное питание:					
	Молоко в ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	ИТОГО завтрак+ доп. питание	750	35,7	15,7	94,2	659,6
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-20-2020	Горошек зеленый	100	2,8	0,2	5,8	36,8
54-10-2020	Омлет натуральной	200	16,9	2,4	4,4	300,7
54-2-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Фрукты (в ассортименте)	100-120	1,1	0,2	18,4	79,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за Завтрак	550	24,6	24,9	56,6	548,3
	Дополнительное питание:					
	Молоко в ИУ (2,5-3,2%)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	ИТОГО завтрак+ доп. питание	750	30	29,3	65,6	644,7
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-23-2020	Огурец (сезонный)	100	0,8	0,2	2,5	14,2
54-11-2020	Картофельное пюре	200	4,3	6,9	26,4	185,9
54-9-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	18,9	22	5,5	295,8
54-2-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	6,7	34,1
	Итого за Завтрак	650	27,8	29,6	62,4	627,1
	Дополнительное питание:					

Провинуровано, пронумеровано и скреплено
печатью семнадуатъ

17 листов

Директор школы  Л.А. Лысенко

