



Приложение № 1
к приказу МОУ Пучежской гимназии
№ 18/01 от 01.02.2023

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
СТОЛОВОЙ МОУ ПУЧЕЖСКАЯ ГИМНАЗИЯ
на 2022-2023 учебный год

День 5

№ рецептуры	Наименование приёмов и блюд	Химический состав							Ca	P	Mg
		Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Витамин В1	Витамин С			
	ЗАВТРАК										
173	Каша гречневая рассыпчатая с молоком и сл.маслом	200/10	7,06	12,73	22,70	217,93					
382	Какао с молоком	200/20	4,07	3,54	17,57	118,60					
	Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	93,52					
16	Колбаса п/к (порционная)	30	3,96	3,08	7,12	76,65					
	ИТОГО:		18,25	19,75	66,71	506,70					
	ЗАВТРАК для льготной кат.										
173	Каша гречневая рассыпчатая с молоком и сл.маслом	200/5	7,06	12,73	22,70	217,93					
376	Чай с сахаром	200/15	4,07	3,54	17,57	60,00					
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52					
	ИТОГО:		14,29	16,67	59,59	371,45					
	ОБЕД платный										
97	Суп картофельный с курой	250/12	4,74	5,40	16,92	153,36					
203	Макароны с сл.мас.	150	6,54	6,94	36,54	205,50					
260	Гуляш из говядины	50/50	8,35	13,79	10,64	221,00					
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00					
	Хлеб ржаной	60	3,66	0,72	24,60	123,6					
	ИТОГО:		23,36	26,87	103,70	763,46					
	ОБЕД для льготной кат.										
97	Суп картофельный с курицей	250/12	4,74	5,40	16,92	153,36					
204	Макароны с подливой	150/40	6,54	6,94	36,54	265,50					
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00					
	Хлеб ржаной	60	3,66	0,72	24,60	123,60					
	ИТОГО:		15,01	13,08	93,06	602,46					

