

Утверждаю:  
Директор МБОУ «Табунская СОШ»

Е.В.Алексеева

« 05 » февраля 2025 г.

**Основное меню для группы продленного дня  
на базе МБОУ «Табунская СОШ»  
на 2025-2026 учебный год**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>день 1</b>						
88	Щи	200	10,17	10,88	20,5	282,5
42	Гороховое пюре	150	9,09	4,57	23,35	170,0
260	Гуляш из курицы	80	14,42	6,69	2,78	129,75
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,8	55,8
		<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>37,23</b>	<b>22,69</b>	<b>83,63</b>
<b>день 2</b>						
204	Суп картофельный с рыбными консервами	200	8,45	8,28	13,13	160,78
пром.	Вареники с картофелем	150	7,35	16,1	44,52	227,5
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
332	Кисель плодовоягодный	200	0,31	0,00	39,4	160,0
		<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>19,46</b>	<b>24,93</b>	<b>120,25</b>
<b>день 3</b>						
102	Суп картофельный с бобовыми	200	9,4	34,74	19,74	662,8
пром.	Пельмени	150	8,5	23,0	28,0	350,0

пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,8	55,8
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>21,45</b>	<b>58,29</b>	<b>84,74</b>	<b>1213,1</b>

**день 4**

137	Борщ	200	10,17	10,88	20,5	282,5
54-4г-2020	Картофельное пюре	150	4,23	5,15	15,87	164,3
пром.	Котлета	100	14,1	19,7	6,6	263,0
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,8	55,8
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>32,05</b>	<b>36,28</b>	<b>79,97</b>	<b>910,1</b>

**день 5**

104	Суп с фрикадельками	200	5,83	4,56	13,59	118,8
2	Бутерброд с маслом и повидлом	55	2,54	3,96	23,7	149,85
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
18	Компот из смеси сухофруктов/аскорбиновая кислота	200	0,45	0,08	23,78	98,25
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>12,17</b>	<b>9,15</b>	<b>84,27</b>	<b>511,4</b>

**день 6**

102	Суп картофельный с бобовыми	200	12,81	13,06	111,98	612,5
пром.	Вареники с картофелем	100	3,01	3,9	16,93	115,56
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
54-23гн-2020	Кофейный напиток	200	4,48	3,4	18,5	135,46
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>23,65</b>	<b>20,91</b>	<b>170,61</b>	<b>1008,02</b>

**день 7**

137	Борщ	200	10,17	10,88	20,5	282,5
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,38	7,14	35,12	217,92
Пром./4	Фрикадельки /подлив	50/20	2,5	11,4	11,3	110
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
18	Компот из смеси сухофруктов/аскорбиновая кислота	200	0,45	0,08	23,78	98,25
	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>22,85</b>	<b>30,05</b>	<b>113,45</b>	

**день 8**

204	Суп картофельный с рыбными консервами	200	8,45	8,28	13,13	160,78
54-1г-2020	Макароны отварные	150	4,64	3,38	31,66	175,8
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
332	Кисель плодовоягодный	200	0,31	0,00	39,4	160,0
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>16,75</b>	<b>12,21</b>	<b>107,39</b>	<b>641,08</b>

**день 9**

26	Суп картофельный с пшеничной крупой	200	12,81	14,5	24,84	437,9
54-4г-2020	Картофельное пюре	150	4,23	5,15	15,87	164,3
пром.	Котлета	100	14,1	19,7	6,6	263,0
53	Салат из свеклы с зёленым горошком	60	1,81	2,51	6,02	59,09
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,8	55,8
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>36,5</b>	<b>42,41</b>	<b>84,31</b>	<b>1124,59</b>

**день 10**

26	Суп картофельный с гречневой крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75
54-22м-2020	Бутерброд с маслом и сыром	50	6,05	8,46	15,7	173,5
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,55	23,2	144,5
54-23гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,8	55,8
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>11,57</b>	<b>11,72</b>	<b>64,81</b>	<b>459,55</b>