

УТВЕРЖДАЮ

Исполняющий обязанности директора

МОУ «Черемушская ООШ»

*Гайшенец* О.Н. Гайшенец

«03» *ноября* 2023года

**Меню обедов для обучающихся 1 - 4 классов**

Название блюда	Выход (вес порции (мл.или гр.))	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Вторник -07.11.2023г.</b>		
Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	200	137,800
Запеканка картофельная с мясом, соус томатный	200/20	306,400
Огурец (свежий или консервированный)	60	44,400
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>721,60</b>
<b>Среда-08.11.2023г.</b>		
Суп рыбный с крупой	200	167,000
Котлеты рубленые из птицы	90	154,500
Капуста тушеная	150	132,000
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
<b>ИТОГО</b>	<b>790</b>	<b>684,280</b>
<b>Четверг-09.11.2023г.</b>		
Борщ с мясом, со сметаной	200/10	158,000
Тефтели мясные, соус сметанный	90/20	189,740
Макаронные изделия отварные с маслом	150	204,700
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>920</b>	<b>785,440</b>
<b>Пятница - 10.11.2023г.</b>		
Рассольник ленинградский на к/б	200	126,600
Рыба, тушеная с овощами	90	167,000
Пюре картофельное	150	157,250
Огурец (свежий или консервированный)	60	44,400
Компот из сушеных фруктов (смесь)	200	132,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>726,250</b>

УТВЕРЖДАЮ

Исполняющий обязанности директора  
МОУ «Черемушская ООШ»

*О.Н. Гайшенец* О.Н. Гайшенец  
«03» ноября 2023года

### Меню обедов для обучающихся 5- 9 классов

Название блюда	Выход (вес) порции (мл.или гр.)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Вторник -07.11.2023г.</b>		
Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	250	182,250
Запеканка картофельная с мясом, соус томатный	250/20	379,650
Огурец (свежий или консервированный)	100	74,000
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>870</b>	<b>868,900</b>
<b>Среда-08.11.2023г.</b>		
Суп рыбный с крупой	250	171,600
Котлеты рубленые из птицы	100	208,000
Капуста тушеная	180	162,500
Напиток из плодов шиповника	200	87,780
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
Фрукт (яблоко)	100	44,000
<b>ИТОГО</b>	<b>880</b>	<b>772,880</b>
<b>Четверг - 09.11.2023г.</b>		
Борщ с мясом, со сметаной	250/10	207,500
Тефтели мясные, соус сметанный	100/20	209,180
Макаронные изделия отварные с маслом	180	245,640
Компот из сушеных фруктов (курага)	200	134,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>810</b>	<b>895,320</b>
<b>Пятница - 10.11.2023г.</b>		
Рассольник ленинградский на к/б	250	168,580
Рыба, тушеная с овощами	100	185,000
Пюре картофельное	180	198,700
Огурец (свежий или консервированный)	100	74,000
Компот из сушеных фруктов (смесь)	200	132,000
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20/30	99,000
<b>ИТОГО</b>	<b>880</b>	<b>857,280</b>