

ДЕНЬ 10  
10.03.2023

МБОУ СОШ ст.Луковской им.С.Г.Астанина

| Меню бесплатного питания для учащихся 1-11 классов (завтрак)                                                              |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-----------------|
| № п/п                                                                                                                     | Рецепт уры | Наименование блюда                   | масса порции, г | белки, г | жиры, г | углеводы, г | ческая ценность |
| 10.03.2023                                                                                                                |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
| Завтрак                                                                                                                   |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
|                                                                                                                           | 15/М       | Сыр полутвердый                      | 15              | 3,9      | 3,92    | 0           | 50,9            |
|                                                                                                                           | 234/М      | Котлета рыбная                       | 90              | 7,5      | 6,26    | 10,56       | 128,6           |
|                                                                                                                           | 128/М      | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150/5           | 3,07     | 8,32    | 32,19       | 215,9           |
|                                                                                                                           | 377/М      | Чай с сахаром и лимоном              | 180/10/7        | 0,05     | 0,01    | 10,16       | 40,9            |
|                                                                                                                           |            | Хлеб пшеничный                       | 40              | 3,04     | 0,4     | 19,32       | 93              |
|                                                                                                                           | 338/М      | Яблоко                               | 100             | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 44,4            |
| Меню бесплатного питания для учащихся детей - сирот (завтрак)                                                             |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
| Завтрак                                                                                                                   |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
| 10.03.2023                                                                                                                | 15/М       | Сыр полутвердый                      | 15              | 3,9      | 3,92    | 0           | 50,9            |
|                                                                                                                           | 234/М      | Котлета рыбная                       | 90              | 7,5      | 6,26    | 10,56       | 128,6           |
|                                                                                                                           | 128/М      | Картофельное пюре с маслом сливочным | 160/5           | 3,14     | 4,78    | 24,03       | 215,9           |
|                                                                                                                           | 377/М      | Чай с сахаром и лимоном              | 180/10/7        | 0,05     | 0,01    | 10,16       | 40,9            |
|                                                                                                                           |            | Хлеб пшеничный                       | 40              | 3,04     | 0,4     | 19,32       | 93              |
|                                                                                                                           | 338/М      | Яблоко                               | 100             | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 44,4            |
| Меню бесплатного двухразового питания для учащихся ОВЗ                                                                    |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
| Завтрак                                                                                                                   |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
| 10.03.2023                                                                                                                |            | Выпечка в ассортименте               | 80              | 7,84     | 3,62    | 46,54       | 249,79          |
|                                                                                                                           | 388/М      | Чай с сахаром                        | 200             | 0,1      |         | 15          | 48,46           |
| Обед                                                                                                                      |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
|                                                                                                                           | 15/М       | Сыр полутвердый                      | 15              | 3,9      | 3,92    | 0           | 51,6            |
|                                                                                                                           | 234/М      | Котлета рыбная                       | 90              | 7,5      | 6,26    | 10,56       | 128,6           |
|                                                                                                                           | 128/М      | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150/5           | 3,07     | 4,71    | 22,03       | 142,8           |
|                                                                                                                           | 377/М      | Чай с сахаром и лимоном              | 215/7           | 0,13     | 0,02    | 15,2        | 61,5            |
|                                                                                                                           |            | Хлеб пшеничный                       | 40              | 3,04     | 0,4     | 19,32       | 94              |
|                                                                                                                           | 338/М      | Яблоко                               | 100             | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 44,4            |
| Меню бесплатного двухразового питания для обучающихся из семей лиц, призванных на военную службу по частичной мобилизации |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
| Завтрак                                                                                                                   |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
| 10.03.2023                                                                                                                |            | Выпечка в ассортименте               | 80              | 7,84     | 3,62    | 46,54       | 249,79          |
|                                                                                                                           | 388/М      | Чай с сахаром                        | 200             | 0,1      |         | 15          | 48,46           |
| Обед                                                                                                                      |            |                                      |                 |          |         |             |                 |
|                                                                                                                           | 15/М       | Сыр полутвердый                      | 15              | 3,9      | 3,92    | 0           | 51,6            |
|                                                                                                                           | 234/М      | Котлета рыбная                       | 90              | 7,5      | 6,26    | 10,56       | 128,6           |
|                                                                                                                           | 128/М      | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150/5           | 3,07     | 4,71    | 22,03       | 142,8           |
|                                                                                                                           | 377/М      | Чай с сахаром и лимоном              | 215/7           | 0,13     | 0,02    | 15,2        | 61,5            |
|                                                                                                                           |            | Хлеб пшеничный                       | 40              | 3,04     | 0,4     | 19,32       | 94              |
|                                                                                                                           | 338/М      | Яблоко                               | 100             | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 44,4            |

Директор



А.Н.Чумаченко