

«УТВЕРЖДЕНО»
 Директор МБОУ Павлоградской
 гимназии им. В.М.Тытаря
 _____ В.И.Попруга

« »

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 590B95E22BADE5A7348DE9A17B636DE
 Владелец: Попруга Владимир Иванович
 действителен с: 14.02.2022 по: 09.05.2024

МЕНЮ

на 2024-2025 учебный год (на 10 дней)

для 1-4 классов

<i>Первая неделя</i>							
<i>Понедельник, день первый</i>							
№ п/ п	№ тех но л кар ты	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге - тическ ая ценнос ть
Завтрак							
1.	22	Каша молочная (рисовая, пшеничная, манная) жидкая с маслом	200	8,32	8,13	26,27	211,52
2.	3	Бутерброд с маслом и сыром или бутерброд с маслом и повидлом	40 20/5/ 15	4,6	9,9	10,7	152
3.	5	Чай с сахаром	200/1 5	0,2	-	15,0	58,0
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
5		Фрукт	100	0,8	0,8	19,6	94
<i>Первая неделя</i>							
<i>Вторник, день второй</i>							
Завтрак							
1	38	Макароны отварные с маслом	150	5,1	9,15	34,2	244,5
2	30	Котлета мясная	100	14,2	11,4	13,0	214,0
3	44	Соус томатный	50	0,87	3,15	6,0	55,88
4	5	Чай с сахаром	200/1 5	0,2	-	15,0	58,0
5		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
6		Кондитерское изделие	40	8,8	70	17,1	110

**Первая неделя
Среда, день третий**

Завтрак

1	37	Гречка отварная	150	13,02	11,7	63,9	443,25
2	33	Гуляш из курицы	100	13,3	21,82	2,25	260,25
3	6	Чай с сахаром и лимоном или	200	0,2	-	15,0	58,0
	8	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,7	1,4	16,1	81
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
5		Фрукт	100	0,8	0,8	19,6	94,0

**Первая неделя
Четверг, день четвертый**

Завтрак

1	41	Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,9	159,45
3	27	Рыба тушеная с томатным соусом с овощами или	100/70	15,72	8,9	7,4	170
	35	Мясо тушеное с овощами	100	10	17	4	210
4	50	Салат из свежих овощей	50	1,6	4,4	8,3	77,5
5	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
6		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
7		Кондитерское изделие	40	8,8	70	17,1	110

**Первая неделя
Пятница, день пятый**

Завтрак

1	14	Суп картофельный с макаронными изделиями или	250	2,9	2,5	21	120
	13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,8	4,91	12,74	102,5
2		Кондитерское изделие	80	1,5	19,5	43,1	145,6
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
5		Фрукт	100	0,8	0,8	19,6	94,0

**Вторая неделя
Понедельник, день первый**

Завтрак

1	39	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,7	209,7
2	32	Тефтели в томатном соусе	100\50	14,9	10,5	13,1	209
3		Сок фруктовый	200	0,2		15,04	57,19
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
5		Кондитерское изделия	80	1,5	19,5	43,1	145,6

**Вторая неделя
Вторник, день второй**

Завтрак

1	37	Гречка отварная	150	13,05	11,7	63,9	443,25
2	33	Гуляш из курицы	100\50	13,3	21,8 2	2,25	260,25
3	11	Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,004		24,7	
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
5		Фрукт	100	0,8	0,8	19,6	94,0

**Вторая неделя
Среда, день третий**

Завтрак

1	38	Макароны отварные с маслом	150	5,1	9,15	34,2	244,5
2	30	Котлета мясная	100	14,43	33,5	3,46	400,4
3	44	Соус томатный	50	0,87	3,156	6	55,88
	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	57,19
4		Хлеб порционный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
5		Кондитерское изделие	40	8,8	70	17,1	110

Вторая неделя
Четверг, день четвертый

Завтрак

1	29	Жаркое по-домашнему	200/50	42,54	10,91	37,85	419,45
2		Овощи свежие	50	0,22	9,25	15,1	25,8
3	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
4		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
5		Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	94,0

Вторая неделя
Пятница, день пятый

Завтрак

1.	41	Картофельное пюре	150	3,15	7,95	22,05	112,5
2	35	Голень куриная	100	12,4	8,8	6,96	154,4
3		Овощи свежие	50	0,22	9,25	15,1	25,8
4	5	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,039	57,190
5		Хлеб пшеничный	40	2,21	0,28	22,35	91,28
6		Кондитерское изделие	40	8,8	70	17,1	110