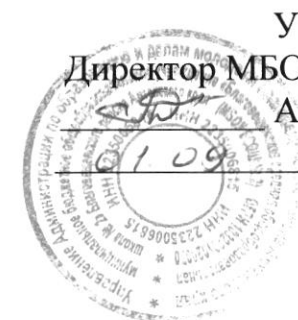


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Благовещенская средняя общеобразовательная школа №2»
Благовещенского района Алтайского края

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ БСОШ № 2
А.Д. Денисенко
2023 год



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД для детей 5-11 классы НА 2023-2024 ГОД

Благовещенка
2023

Холодные завтраки.

| Наименование блюда | Выход | к/к | Белки | жиры | угле-водьы |
|---------------------|-------|--------|-------|-------|------------|
| 1 день | 60 | 228,20 | 4,37 | 7,07 | 36,80 |
| Булочка домашняя | 180 | 57,0 | 0,23 | 0,02 | 13,72 |
| Чай с сах | 240 | 285,20 | 4,57 | 7,09 | 50,52 |
| Итого | 240 | 285,20 | 4,57 | 7,09 | 50,52 |
| 2 день | 75 | 173,47 | 4,35 | 9,94 | 34,63 |
| Пирожок со свеклой | 180 | 97,0 | 1,33 | 1,15 | 20,21 |
| Кофе напиток | 255 | 270,47 | 5,68 | 11,09 | 65,93 |
| Итого | 255 | 270,47 | 5,68 | 11,09 | 65,93 |
| 3 день | 60 | 228,20 | 4,37 | 7,07 | 36,80 |
| Булочка домашняя | 180 | 111,0 | 0,54 | 0,05 | 26,81 |
| Компот из ягод | 240 | 339,20 | 4,91 | 7,12 | 70,73 |
| Итого | 240 | 339,20 | 4,91 | 7,12 | 70,73 |
| 4 день | 75 | 119,65 | 0,78 | 3,16 | 22,47 |
| Пирожок с картошкой | 180 | 97,0 | 1,33 | 1,15 | 20,21 |
| Кофе напиток | 255 | 216,65 | 2,11 | 4,31 | 42,68 |
| Итого | 255 | 216,65 | 2,11 | 4,31 | 42,68 |
| 5 день | 60 | 228,20 | 4,37 | 7,07 | 36,80 |
| Булочка домашняя | 180 | 57,0 | 0,23 | 0,02 | 13,72 |
| Чай с сах | 240 | 285,2 | 4,6 | 7,09 | 57,61 |
| Итого | 240 | 285,2 | 4,6 | 7,09 | 57,61 |

| Наименование блюд | выход | к/к | белки | жиры | угле- воды | | | |
|--------------------|-------|--------|-------|------|---------------|--|--|--|
| 6 день | | | | | | | | |
| Пирожок со свеклой | 75 | 173,47 | 4,35 | 9,94 | 34,63 | | | |
| Чай с сах | 180 | 57,0 | 0,23 | 0,02 | 13,72 | | | |
| итого | 255 | 230,4 | 4,58 | 9,96 | 48,35 | | | |
| 7 день | | | | | | | | |
| Булочка домашняя | 60 | 228,20 | 4,37 | 7,07 | 36,80 | | | |
| Кофе напиток | 180 | 97,0 | 1,33 | 1,15 | 20,21 | | | |
| итого | 240 | 325,20 | 5,7 | 8,22 | 65,23 | | | |
| 8 день | | | | | | | | |
| Пирожок с капустой | 75 | 110,25 | 0,7 | 1,28 | 23,61 | | | |
| Чай с сах | 180 | 57,0 | 0,23 | 0,02 | 13,72 | | | |
| итого | 255 | 167,25 | 0,93 | 1,3 | 37,33 | | | |
| 9 день | | | | | | | | |
| Булочка домашняя | 60 | 228,20 | 4,37 | 7,07 | 36,80 | | | |
| Компот из ягод | 180 | 111,0 | 0,54 | 0,05 | 26,81 | | | |
| итого | 240 | 339,20 | 4,91 | 7,12 | 63,61 | | | |
| 10 день | | | | | | | | |
| Пирожок с повидлом | 75 | 122,9 | 3,97 | 4,45 | 122,9 | | | |
| Чай с сах | 180 | 57,0 | 0,23 | 0,02 | 13,72 | | | |
| итого | 255 | 179,9 | 4,2 | 4,47 | 136,62 | | | |