

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
П.ИВАНОВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРОД САРАТОВ»**

410509, Саратовская область, муниципальное образование «Город Саратов,
п.Ивановский, ул.Центральная, 31, тел. 999-785
эл.почта:schivanov@rambler.ru, сайт: <https://shkolaiivanovskijsaratov-r64.gosweb.gosuslugi.ru/>

УТВЕРЖДАЮ



Директор МАОУ «ООШ п. Ивановский»

Л.Р.Валиева

Приказ №90-од от «02» сентября 2024 г.

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 7 ДО 11 ЛЕТ**

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	№ рецептуры
Неделя 1 День 1			
ОБЕД	Огурцы соленые	60	б/н
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	144.1
	Гёфтели куриные	90	390.4
	Соус томатный	20	453
	Макаронные изделия отварные	150	291
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	
ПОЛДНИК	Напиток из вишни	200	511.2
	Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем	100	543.3
ИТОГО ЗА ПОЛД	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1080	
День 2			
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	
	Свекльник	200	131
	Рыба под маринадом	90	343
	Пюре картофельное	150	312
	Напиток с черной смородиной	200	511.4
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		760
ПОЛДНИК	Кисель витаминизированный	200	614
	Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем	100	543.2
ИТОГО ЗА ПОЛД	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1060	
День 3			
ОБЕД	Свекла отварная	60	17
	Суп картофельный с рисом на курином бульоне	200	155.3
	Котлета куриная	90	99.1
	Каша из гороха с маслом	150	418.1
	Напиток витаминизированный	200	РЦ 10.86.
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		760
ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200	
	Булочка с кокосовой стружкой	100	564.1
ИТОГО ЗА ПОЛД	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1060	

День 4			
ОБЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	147
	Рагу из птицы	240	407
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый, плодовый, ягодный	200	
	Пирожки печеные из сдобного теста с яблоком	100	543.4
ИТОГО ЗА ПОЛД	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			
День 5			
ОБЕД	Икра свекольная	60	119
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	142.2
	Плов мясной	240	265
	Напиток из шиповника	200	519
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	
ПОЛДНИК	Напиток с черной смородиной	200	511.4
	Рогалик со сгущенкой	100	573.2
ИТОГО ЗА ПОЛД	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			
Неделя 2 День 6			
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200	128.2
	Соус Болоньезе	90	405
	Спагетти отварные с маслом	150	291
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	
ПОЛДНИК	Кисель витаминизированный	200	614
	Брецель	100	555.1
ИТОГО ЗА ПОЛД	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			
День 7			
ОБЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	200	144
	Гуляш из отварного мяса	90	367.2
	Рис отварной	150	414
	Напиток из вишни	200	511.2
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД	760		
ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200	
	Пирог морковный	100	б/н
ИТОГО ЗА ПОЛД	НИК	300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			
		1060	

День 8			
ОБЕД	Икра свекольная	60	119
	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200	134
	Жаркое из птицы	240	407.2
	Напиток с черной смородиной	200	511.4
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый, плодовой, ягодный	200	
	Пирожки печеные из сдобного теста с яблоком	100	543.4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1060	
День 9			
ОБЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	200	157.1
	Полуцы ленивые	90	37.2
	Соус томатный	20	45.3
	Каша пшеничная	150	24.3
	Компот из смеси сухофруктов	200	50.8
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	
ПОЛДНИК	Компот из замороженной ягоды	200	511.1
	Плюшка новомосковская	100	27.0
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1080	
День 10			
ОБЕД	Свекла отварная	60	17
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	142.3
	Митбол куриный	90	412.1
	Пюре картофельное	150	31.2
	Напиток из шиповника	200	51.9
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	
ПОЛДНИК	Кисель витаминизированный	200	61.4
	Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем	100	54.3.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		15655	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1565,5	