

СОГЛАСОВАНО:

Директор



СОГЛАСОВАНО :

Председатель

совета родителей

УТВЕРЖДАЮ:

**Примерное десятидневное меню для детей льготной категории для школ города Балашова .**

**1 ДЕНЬ**

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Борщ из свежей капусты	1/185	1,48	3,85	9,6	78,44	110
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

**итого: 15-00**

**2 ДЕНЬ**

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Суп картофельный с крупой	1/210	2,1	2,4	15,3	97,44	138
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

**итого: 15-00**

**3 ДЕНЬ**

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Суп картофельный с бобовыми	1/255	6,3	5,56	22,53	168,45	139
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

**итого: 15-00**

#### 4 ДЕНЬ

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/230	2,4	2,65	9,1	70,8	147
Хлеб пшеничный в/с	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	

итого: 15-00

#### 5 ДЕНЬ

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Щи из свежей капусты с картофелем	1/185	1,45	3,8	9,6	78,4	124
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

итого: 15-00

#### 6 ДЕНЬ

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Суп картофельный с крупой	1/210	2,1	2,4	15,3	97,44	138
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

итого: 15-00

#### 7 ДЕНЬ

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Щи из свежей капусты с картофелем	1/185	1,45	3,8	9,6	78,4	124
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

итого: 15-00

### 8 ДЕНЬ

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Суп картофельный с бобовыми	1/255	6,3	5,56	22,53	168,45	139
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

итого: 15-00

### 9 ДЕНЬ

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/230	2,4	2,65	9,1	70,8	147
Хлеб пшеничный в/с	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	

итого: 15-00

### 10 ДЕНЬ

наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	рецептура №
Суп картофельный с крупой	1/210	2,1	2,4	15,3	97,44	138
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

итого: 15-00

