



«Согласовано»  
Директор МБОУ  
Качалинской СОШ  
*Г.М. Голубь*



«Утверждаю» *Игорь*  
ИП Галицын И.В.  
*Галицын* И.В. Галицын

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Льготное питание - 15 руб.  
С 01 сентября 2024 года**

Цена	Номер рецепта	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углеводы	калории
<b>День первый</b>							
11,52	112	Суп картофельный с вермишелью	200	5,07	8,78	20,7	218
1,50	Пр	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
1,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		9,12	9,3	50,9	333
<b>День второй</b>							
11,52	82	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	6,01	8,81	25,03	235
1,5	Пр	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
1,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		10,06	9,33	55,23	356
<b>День третий</b>							
11,52	102	Суп картофельный с бобовыми	200	7,03	9,10	15,82	232
1,50	Пр	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
1,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		11,08	9,62	46,02	353
<b>День четвертый</b>							
11,52	101	Суп картофельный с рисовой крупой	200	5,70	6,58	13,70	191
1,50	Пр	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
1,98	376	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		9,75	7,1	43,9	312
<b>День пятый</b>							
11,52	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	200	7,56	7,99	27,01	268

<b>1,50</b>	<b>Пр</b>	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
<b>1,98</b>	<b>376</b>	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		11,61	8,51	57,21	389
<b>День шестой</b>							
<b>11,52</b>	<b>113</b>	Суп-лапша домашняя	200	9,98	21,01	38,5	318
<b>1,50</b>	<b>Пр</b>	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
<b>1,98</b>	<b>376</b>	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		14,03	21,53	68,7	439
<b>День седьмой</b>							
<b>11,52</b>	<b>108</b>	Суп картофельный с клёцками	200	3,98	15,97	23,03	212
<b>1,50</b>	<b>Пр</b>	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
<b>1,98</b>	<b>376</b>	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		8,03	16,49	53,23	333
<b>День восьмой</b>							
<b>11,52</b>	<b>112</b>	Суп картофельный с перловой крупой и томатом	200	6,59	9,97	24,95	242
<b>1,50</b>	<b>Пр</b>	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
<b>1,98</b>	<b>376</b>	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		10,64	10,31	60,95	363
<b>День девятый</b>							
<b>11,52</b>	<b>82</b>	Щи со свежей капустой	200	4,81	7,98	16,08	203
<b>1,50</b>	<b>Пр</b>	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
<b>1,98</b>	<b>376</b>	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		8,86	8,5	46,28	324
<b>День десятый</b>							
<b>11,52</b>	<b>101</b>	Суп картофельный с пшеничной крупой и томатом	200	9,0	8,04	21,87	208
<b>1,50</b>	<b>Пр</b>	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	24,0	58
<b>1,98</b>	<b>376</b>	Чай	180	0,1	0,02	6,2	63
		Итого:		13,05	8,56	52,07	329
	<b>Номер рецепта</b>			<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>углеводы</b>	<b>калории</b>
				106,23	109,25	534,49	3531
		Средн.:		10,6	10,9	53,4	353,1

Использованы:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений.  
Сборник технических нормативов. Могильный М.П., 2011 г.