

# СОГЛАСОВАНО

Начальник ТО Управления ФС по надзору  
в сфере защиты прав потребителей  
и благополучию человека по Омской области  
в Таврическом районе: Главный Государственный санитарный врач  
по Таврическому, Азовскому, Одесскому районам.  
С.Н. Каблуков



## 10-дневное меню от «10» августа 2020г. при МБОУ «Роза-Долинская ООШ» для школьников II ступени обучения (5-9 кл.) Сборник рецептурных блюд за 1982 г.

№	Меню	Стр/ №	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угле- воды	Энергетич. ценность
1-й день							
1	Макароны отварные с сыром	198/444	200/20	14,927	20,437	61,120	495,440
2	Кофейный напиток с молоком	458/1024	200	1,080	1,200	18,996	87,180
3	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
2-й день							
1	Рис отварной	363/747	150	3,848	4,346	38,819	212,903
2	Колбасные изделия отварные с соусом	285/602	75/50	10,080	7,560	7,010	168,110
3	Чай с сахаром	453/1009	200	0,200	0,000	15,039	57,190
4	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
3-й день							
1	Суп гороховый с колбасой	103/243	250/30	5,870	5,520	20,490	151,95
2	Чай с сахаром	453/1009	200	0,000	0,000	18,000	74,000
3	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
4-й день							
1	Гречка отварная, котлета запеченная, соус	362/744 285/602 385/824	150 75 50	11,733 9,375 0,630	6,923 21,825 1,360	61,971 7,591 3,690	355,810 260,250 58,350
2	Компот из сухофруктов с витаминизацией	422/933	200	0,600	0,000	33,660	129,800
3	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
5-й день							
1	Каша кукурузная молоч. с маслом	184/411	200/10	20,090	21,719	52,058	487,276
2	Какао с молоком и сахаром	453/1009	200	3,204	2,840	29,252	151,760
3	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
6-й день							
1	Борщ (тушенка) со сметаной	83/192	250/8	2,786	9,139	14,438	149,365
2	Чай с сахаром	453/1009	200	0,200	0,000	15,039	57,190
3	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
7-й день							
1	Макароны отварные	365/753	150	5,365	4,336	35,596	206,337,440
2	Колбасные изделия отварные с соусом	271/572	75/50	10,080	7,560	7,010	168,110
3	Компот из кураги с витаминизацией	422/932	200	0,600	0,000	33,660	129,800
4	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
8-й день							
1	Пельмени с бульоном и маслом	103/242	200	9,375	21,825	7,591	260,250

2	Чай с сахаром	453/1009	200	0,200	0,000	15,039	57,190
3	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
<b>9-й день</b>							
1	Гречка отварная, соус	362/744 385/824	150 50	11,733 0,630	6,923 1,360	61,971 3,690	355,810 58,350
2	Тефтели запеченные	320,668	75/50	10,080	7,560	7,010	168,110
3	Чай с сахаром	453/1009	200	0,200	0,000	15,039	57,190
4	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800
<b>10-й день</b>							
1	Каша рисовая молоч. с маслом	184/411	250/10	20,090	21,719	52,058	487,276
2	Кофейный напиток с молоком	458/1024	200	1,080	1,200	18,996	87,180
3	Хлеб	1/9	50	2,370	0,300	15,570	70,800