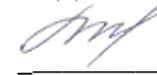


Муниципальное общеобразовательное  
учреждение «Дьяконовская средняя  
школа им. Н.И. Дешина»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ «Дьяконовская СШ  
им. Н.И. Дешина»



Т.А. Марунич

«29» августа 2024 год



ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ  
(двухнедельное) МЕНЮ  
НА 2024 -2025 УЧЕБНЫЙ ГОД  
12 лет +

День 1

Школа  Отд./корп  День

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо             | Выход, г | Цена     | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------|----------|----------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 301    | Омлет натуральный | 200      | 37р.04к. | 324.980      | 17.173 | 26.730 | 4.590    |
|            | гор.напиток | 496    | Какао с молоком   | 200      | 15 р.    | 144          | 3.600  | 3.300  | 25.000   |
|            | хлеб        | 90     | Бутерброд с сыром | 45       | 21р.76к. | 153.000      | 6.7    | 9.5    | 9.9      |
|            |             |        |                   |          |          |              |        |        |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            |             |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            |             |        |                   |          |          |              |        |        |          |
| Обед       | закуска     |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            | 1 блюдо     |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            | 2 блюдо     |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            | гарнир      |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            | сладкое     |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            | хлеб бел.   |        |                   |          |          |              |        |        |          |
|            | хлеб черн.  |        |                   |          |          |              |        |        |          |

День 2

Школа  Отд./корп  День

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                    | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------|----------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 334    | Кнели рыбные припущенные | 100      | 31р.   | 89,710       | 13,590 | 1,410 | 5,540    |
|            | гор.напиток | 459*   | Чай с лимоном            | 200      | 10р.   | 61.000       | 0.100  | 0.000 | 15.200   |
|            | хлеб        | 111    | Батон нарезной           | 20       | 5р.    | 52.400       | 1.500  | 0.580 | 10.280   |
|            |             | 429    | Картофельное пюре        | 180      | 20р.   | 165,600      | 3,780  | 7,920 | 19,620   |
|            |             | 105    | Масло сливочное          | 10       | 7р.80к | 74,80        | 0,05   | 8,25  | 0,08     |







|            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| хлеб черн. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

День 7

Школа

МОУ "Дьяконовская СШ им. Н.И. Дешина"

Отд./корп

День

7

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                      | Выход, г | Цена     | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------|----------|----------|--------------|-------|--------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 260    | Каша "Дружба"              | 200      | 39р.04к. | 226,200      | 5,240 | 11,660 | 25,060   |
|            | гор.напиток | 501    | Кофейный напиток с молоком | 200      | 13 р.    | 63           | 1,4   | 1,2    | 11,4     |
|            | хлеб        | 90     | Бутерброд с сыром          | 45       | 21р.76к. | 153,000      | 6,7   | 9,5    | 9,9      |
|            |             |        |                            |          |          |              |       |        |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            |             |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            |             |        |                            |          |          |              |       |        |          |
| Обед       | закуска     |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            | 1 блюдо     |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            | 2 блюдо     |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            | гарнир      |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            | сладкое     |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            | хлеб бел.   |        |                            |          |          |              |       |        |          |
|            | хлеб черн.  |        |                            |          |          |              |       |        |          |

День 8

Школа

МОУ "Дьяконовская СШ им. Н.И. Дешина"

Отд./корп

День

8

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                  | Выход, г | Цена     | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------|----------|----------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 261    | Гуляш из куриного филе | 120      | 34р.30к. | 252,15       | 29,385 | 26,835 | 7,14     |
|            | гор.напиток | 458*   | Чай с джемом           | 200      | 11 р.    | 60,000       | 1,000  | 0,000  | 15,000   |
|            | хлеб        | 111    | Батон нарезной         | 20       | 5 р.     | 52,400       | 1,500  | 0,580  | 10,280   |
|            |             | 195    | Рагу из овощей         | 180      | 23р.50к. | 144,720      | 3,360  | 8,600  | 13,670   |



