Селецкая средняя общеобразовательная школа e-mail: school.seletc@yandex.ru, *ИНН 3230006683, ОГРН 1023202938373, КПП 323001001*, 242241,
Брянская область, Трубчевский район, с. Селец, ул. Трубчевская, д 49, тел. 848352-9-48-39

УТВЕРЖДАЮ

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

Директор школы: ПробкаяВ.Н.

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл., обед 1-11классы 1день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит. Е мг	Вит. В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с маслом	45	1,6	11	10	146	0	0,4	0,02	7,6	0,25	№79 2018
Горошек консервированный	21	0,63	0,8	1,1	14	0,5	0,06	0,02	4,8	0,16	№1572018
Картофельное пюре	150	3,15	6	9,15	102	5,35	1,25	0,19	68,35	1,43	№377 2018
Рыба отварная	100	18,2	0,7	0,8	82						№295 2018
Чай	200	0,2	0,1	9,3	38	0,0	0,0	0,0	5,1	0,82	№4572018
Фрукты свежие(яблоко)	94	0,4	0,4	9,8	44	7,0	0,2	0,03	16,1	2,21	№82 2018
	610	24,18	19,00	40,15	426	12,85	1,91	0,26	101,95	4,87	
Обед											
Борщ сосвежей капусты и картофеля	25/200	1,8	4,4	7,15	76	7,48	2,4	0,05	39,6	1,4	№95 2018
Гуляш измяса свинины	70/50	18,7	17,0	4,2	245	0,6	0,7	0,04	16,9	2,67	№327 2018
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,6	5,76	9,8	174	0	0,4	0,14	14,1	3,0	№202 2018
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	0,2	0,4	0,01	20,1	0,69	№367 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,0	0,0	0,07	14,0	1,36	
Батон	30	1,98	0,36	17,8	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,17	
		31,32	28,09	72,41	701	8,38	3,5	0,36	115,2	10,29	

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 2 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Каша рисовая молочная	200	6,24	6,82	37,12	183	1.44	0,22	0.06	138,0	0.150	№ 2017
хлеб пшеничный с сыром	45	5,48	4.76	17.8	106	0.1	0.8	0.06	132.1	1.32	№75 2018
Какао	200	3.3	2.9	13.8	94	0.7	0.01	0.03	111.3	0.65	№462 2018
Фрукты(яблоко)	98	0,4	0,4	9,6	43	7	0,2	0,03	16,1	2,21	№268 2018
	543	15.42	14.88	78.32	426	9,84	1.43	0.22	519,5	4.43	
Обед											
Суп картофельный с пшеном с мясом цыпленка	25/20	3,2	5,18	15,2	120	0,7	2,4	0,1	12,15	1,03	№126 2018
Грудка куриная отварная	100	16,9	18,3	3,8	247	1,3	0,7	0,04	29,6	1,52	№367 018
Макароны отварные	150	5,55	0,45	29,6	190	0,0	0,84	0,06	13,8	1,08	№256 2018
Компот из сухофруктов	200	0,2	0,02	26,4	106	0,0	0,2	0,0	16,4	0,74	№480 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,0	0,0	0,07	14,0	1,36	№75 2018
Батон	30	1,98	0,36	17.8	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,17	
		30,47	19,61	106,16	679	1,4	4,14	0,32	96,45	6,9	

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 3 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит. В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с сыром	45	5,48	4,76	17,8	106	0,1	0,28	0,02	206,8	0,37	№63 2018
Каша пшенная молочная	200	8,66	7,86	37,2	254	1,36	0,2	0,47	141,5	1,46	№223 2018
яйцо	40	5,1	4,6	0,3	63	0	0,2	0,03	21,1	1,01	№267 2018
Кофейный напиток	200	2,8	2.5	13,66	88	4,0	0,0	0,00	14,0	2,8	№75 2018
Фрукты свежие (апельсин)	91	0,4	0,4	8,9	40	7	0,2	0,03	16,1	2,21	№75 2018
	576	22.44	20.12	77.86	551	12.46	0.88	0.55	399.50	7.85	
Обед											
Салат из свежей капусты	60	0,8	3,05	4,35	48	9,86	1,4	0,02	22,8	0,3	№1 2018
Суп картофельный с рыбой	25/200	8,0	9,8	9,9	160	0,28	2,4	0,04	20,4	1,33	№127 2018
Плов из цыплят	175	21,1	23,8	27,3	405	1,2	5,6	0,06	28,7	1,53	№376 2018
Компот из яблок	200	0,2	0,2	23,8	98	0,8	0,0	0,00	9,0	0,68	№495 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,0	0,0	0,07	14,0	1,36	№75 2018
Батон	30	1,98	0,36	17,8	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,17	
		30,52	81,71	79,41	719	19,04	0,51	0,33	117,4	7,1	

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 4 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит. С мг	Вит.Е мг	Вит. В1 мг	Ca мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с маслом	35	1,6	11	10	146	0	0,4	0,02	7,6	0,25	№79 2018
Кукуруза консервированная отварная	20	0,6	0,8	1,1	13	0,5	0,06	0,02	4, 5	0,15	№75 2018
Макароны отварные с сыром	160	9,84	8	29,5	226	0,2	1,1	0,07	227,5	1,45	№ 259 2018
Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	0,7	0,0	0,03	108,3	0,12	№465 2018
Фрукты(апельсин)	86	0,34	0,34	8,4	38	7	0,2	0,03	16,1	2,21	№82 2018
	501	15,18	22,64	62,6	511	8,4	1,76	0,17	364,2	4,18	
Обед											
Салат из свеклы	50	0,84	3,66	4,56	55	4,62	1,62	0,01	20,8	0,78	№26 2018
Рассольник ленинградский с мясом цыпленка	25/200	1,9	5,1	13,2	106	6,95	2,35	0,88	14,75	0,8	№100 2018
Рыба тушеная с овощами	140	13,3	2,3	7,2	103	3,1	1,8	0,09	38,4	0,88	№299 2018
Картофельное пюре	150	3,15	6,0	9,15	102	3,75	0,15	0,12	38,25	0,87	№377 2018
Кисель	200	0,0	0,0	15	60	0,0	0,0	0,0	3,4	0,02	№480 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,0	0,0	0,07	14,0	1,36	
Батон	30	1,98	0,36	17,8	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,17	
		23,81	17,92	91,67	594	18,5	6,78	1,22	153,1	13,1	

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 5день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит. В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с сыром	45	5,48	4,76	17,8	106	0,01	0,8	0,06	142,6	1,32	№ 75 2018
Рис отварной	150	3,8	5,43	38,85	219	5,0	0,28	1,28	19,5	1,02	№385 2018
Филе куриное тушеное в соусе с овощами	100	14,08	15,2	3,2	206	3,5	0,18	0,32	15,7	1,03	№ 367 2018
Кофейный напиток	200	2,8	2,5	13,6	88	0,7	0,0	0,03	108,3	0,12	№462 2018
Фрукты(яблоко)	116	0,46	0,46	11,4	51	7	0,2	0,03	16,1	2,21	№820 2018
	611	27.12	28.75	85.05	676	12.71	1.80	1.4	286.5	4.67	
Обед											
Суп картофельный с горохом с мясом цыпленка	25/200	5,98	2,94	12,96	102,2	0,4	0,24	0,21	37,4	2,15	№75 2018
Капуста тушенная с отварными цыплятами	50/150	3,3	5,1	12,15	108	21,3	0,45	0,05	90,15	1,32	№75 2018
Компот из апельсин	200	0,6	0,1	20,1	84	0,2	0,4	0,01	20,1	0,69	
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,0	0,0	0,07	14,0	1,36	№75 2018
Батон	30	1,98	0,36	17,8	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,36	

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 6 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	55	6,9	9,1	9,9	149	0,1	0,28	0,02	206,8	0,37	№63 2018
Каша манная молочная	200	7,72	6,82	35,96	236	1,44	0,72	0,09	144,3	1,47	№214 2018
Какао	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7	0,01	0,03	111,3	0,65	№465 2018
Фрукты(апельсин)	105	0,42	0,42	10,3	46	8,4	0,12	0,04	19,32	2,65	№ 82 2018
	560	17.84	18,84	69,76	519	10.64	1.13	0.18	481.72	5.14	
Обед											
Салат из капусты	100	1,6	6,1	8,7	96	19,7	2,8	0,03	45,60, 6		
Суп рисовый с цыпленком	25/200	2,14	2,06	13,4	80,6	6,22	1,1	0,08	18,32	0,87	№116 2018
Картофель тушенный с отварными цыплятами	50/150	15,3	9,3	4,9	164	3,4	2,7	0,26	72,6	12,39	№126 2018
кисель	150	5,6	5,76	9,8	174	0	0,4	0,14	14,1	3,2	№202 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,0	0,0	0,07	14,0	1,36	
Батон	30	1,98	0,36	17,8	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,36	
		29.22	23,25	89,71	716	18,05	3,7	0,43	103,33	13,92	

УТВЕРЖДАЮ :

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 7 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит. В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с маслом	45	1,6	11	10	146	0	0,25	0,02	7,6	0,25	№79 2018
Горошек консервированный	21	0,63	0,8	1,1	14	0,5	0,06	0,02	4,8	0,16	№ 157 2018
Рыба тушеная в соусе с овощами	100	18,2	0,7	0,8	82						№ 295 2018
Картофельное пюре	150	3,15	6	9,15	102	5,35	0,64	1,25	68,85	1,43	№ 377 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	1,0	0,02	0,0	7,9	0,87	№ 459 2018
Фрукты(яблоко)	94	0,4	0,4	9,8	44	7	0,2	0,03	16,1	2,21	№ 82 2018
	610	24,18	19	40,15	426	13.85	1,17	1.32	105,25	4,92	
Обед											
Суп из макаронных изделий с мясом цыпленка	100	1,6	6,1	8,7	96	19,7	2,8	0,03	45,6	0,6	
Печень куриная тушенная в соусе	25/200	1,9	5,1	13,2	106	6,95	2,35	0,88	14,75	0,8	№100 2018
Рис отварной	150	3,8	5,43	38,85	219	1,2	5,6	0,01	20,1	0,69	№375 2018
Компот сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	0,2	0,4	0,01	20,1	0,69	№495 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,0	0,0	0,07	14,0	1,36	
Батон	30	1,98	0,36	17,8	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,36	
		28,64	29,9	92,9	725	10,75	8,41	1,04	90,13	5,31	

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 8 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с сыром	45	5,48	4,76	17,8	106	0,1	0,28	0,02	206,8	0,37	№ 75 2018
Каша гречневая молочная	200	6,2	6,9	20,6	169	0,9	0,26	0,08	162,64	0,48	№213 2018
Кофейный напиток	200	2,8	2,5	13,6	88	0,7	0,0	0,03	108,3	0,12	№ 462 2018
Фрукты -апельсин	94	0,4	0,4	9,8	44	7,0	0,2	0,03	16,1	2,21	№ 82 2018
	634	20,38	16.16	65.5	481	2.3	1.4	0.2	887.74	8.49	
Обед											
Щи из свежей капусты с мясом цыпленка	25/200	1,58	4,5	5,8	70	11,9	2,35	0,05	37,05	0,78	№104 2018
Гуляш из свинины	100	8,7	6,9	7,8	128	0,15	0,07	0,08	27,05	1,42	№339 2018
Макароны отварные	150	5,55	0,45	29,6	190	0,0	0,84	0,06	13,8	1,08	№256 2018
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	0,2	0,4	0,01	20,1	0,69	№495 2018
Хлеб	30	2,64	0,48	17,8	70	0,0	0,0	0,0	0,07	1,36	
Батон	40	1,98	0,36	92,9	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,36	
		210,5	12,79	174	594	12,35	3,66	0,2	108,57	6,69	

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 9 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит. В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с маслом	45	1,6	11	10	146	0	0,4	0,02	7,6	0,25	№ 63 2018
Каша овсяная молочная	200	8,42	9,04	31,46	241	0,72	0,76	0,18	146,26	1,7	№212 2018
яйцо	40	5,1	4,6	0,3	63	0,0	0,2	0,03	22,1	1,01	№ 267 2018
Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	4,0	0,0	0,00	14,0	2,8	№ 465 2018
Фрукты (апельсин)	85	0,34	0,34	8,3	38	7,0	0,2	0,03	16,1	2,21	№ 820 2018
	580	15,76	25.08	59.56	528	11.072	1.56	0.26	206.06	7.98	
Обед											
Салат из свеклы на растительном масле	100	0,84	3,66	4,56	55	4,62	1,62	0,01	20,8	0,78	№75 2018
Рассольник Ленинградский	25/200	8,0	9,8	9,9	160	0,28	2,5	0,04	20,4	1,33	№127 2018
Сельдь слабо- соленная порциями	50	13,2	14,3	0,9	185	2,9	1,7	0,0	69	1,2	
Картофельное пюре	150	3,15	6,0	9,15	102	3,75	0,15	0,12	38,25	0,87	№75 2018
Компот из свежих яблок	200	0,6	0,1	20,1	84	0,2	0,4	0,01	20,1	0,69	№495 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0,10	0,0	0,5	10,5	1,36	
Батон	30	1,98	0,36	92,9	52	0,10	0,5	0,00	10,5	1,36	
		30,41	34,7	150,87	708	21,85	6,87	6,62	189.55	7,59	

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: Процкая В.Н.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы на 2024-2025 год завтрак 1-4 кл. обед 1-11 классы 10 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит. В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А.Я. Перевалова
Завтрак											
Хлеб пшеничный с сыром	45	5,48	4,76	17,8	106	0,01	0,8	0,06	142,6	1,32	№75 2018
Филе куриное отварное с овощами	100	14,08	15,2	3,2	206	3,5	0,18	0,32	15,7	1,03	№367 2018
Рис отварные	150	3,8	5,43	38,85	219	5,0	0,28	1,28	19,5	1,02	№385 2018
Какао	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7	0,0	0,03	108,3	0,12	№ 465 2018
Фрукты (яблоко)	121	0,48	0,48	11,76	53	7,0	0,2	0,03	16,1	2,21	№82 2018
	616	24.14	25.97	81.11	624	12.71	1.28	1.4	286.5	4.55	
Обед											
Салат из свежей капусты	100	1,6	6,1	8,7	96	19,7	2,8	0,03	45,6	0,6	№1 2018
Суп из макаронных изделий	200	2,14	2,06	13,4	81	6,22	1,1	0,08	18,32	0,87	№116 2018
Жаркое по-домашнему	220	22,4	23,5	14,0	357	3,9	3,7	0,14	27,2	3,92	№328 2018
Компот из апельсин	200	0,6	0,1	20,1	84	0,2	0,4	0,01	20,1	0,64	№495 2018
Хлеб	40	2,64	0,48	13,36	70	0	0,03	0,07	14,0	1,56	
Батон	30	1,98	0,36	92,9	52	0,10	0,0	0,05	10,5	1,36	
		31.36	32.60	162.46	740	30.12	15.77	0,38	141.12	8.95	