



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Поляков А.М.

Поляков А.М.

### Примерное десятидневное меню для школ города Балашова

-для обучающихся 1-4 классов из малоимущих семей; детей из семей, находящихся в социально-опасном положении 1-4 классы (посещающих группу продленного дня);

#### 1 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Борщ из свежей капусты	1/170	1,92	3,52	7,44	74,8	82	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

#### 2 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Суп картофельный с крупой	1/195	2,31	2,3	9,45	71,76	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

#### 3 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/235	6,1	5,19	21,84	145,23	102	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

#### 4 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	3,69	3,09	17,46	124,5	103	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

#### 5 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/170	1,88	3,54	5,37	65,28	88	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

## 6 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Суп картофельный с крупой	1/195	2,31	2,3	9,45	71,76	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

## 7 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/170	1,88	3,54	5,37	65,28	88	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

## 8 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/235	6,1	5,19	21,84	145,23	102	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

## 9 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	3,69	3,09	17,46	124,5	103	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

Итого: 13,93

## 10 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецепт ура№	Цена
Суп картофельный с крупой	1/195	2,31	2,3	9,45	71,76	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		3,93

