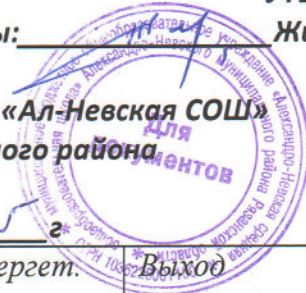


УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: _____

Жирков В.Н.

Примерное меню для обучающихся в МБОУ «Ал-Невская СОШ»
Александровского муниципального района
Рязанской области



Завтраки из меню

с 17.03-21.03 2025 г

Дни недели	Наименование блюд	Энергет. ценность.	Выход
Понедельник 17.03.25	Хлеб пшеничный	89.06	1/45
	Каша молочная рисовая	210.13	1/200
	Йогурт	79.0	1/200
	Сыр	54.0	1/15
Вторник 18.03.25	Хлеб ржаной	91.96	1/45
	Гречка отварная	243.75	1/150
	Гуляш	119.9	1/80
	Помидор свежий	13.2	1/40
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Среда 19.03.25	Хлеб пшеничный	89.06	1/45
	Запеканка творожная	232.32	1/120
	Чай с сахаром	48.64	1/200
	Печенье	420.0	1/30
Четверг 20.03.25	Хлеб ржаной	91.96	1/45
	Рис с овощной подливой	209.7	1/150
	Котлета	199.0	1/70
	Напиток из шиповника	88.2	1/200
	Яблоко	47.0	1/180
Пятница 21.03.25	Хлеб ржаной	91.96	1/45
	Макароны с овощной подливой	245.9	1/150
	Голень куриная	138.15	1/130
	Огурец свежий	13.0	1/40
	Кофейный напиток	100.6	1/200

Директор школы: _____

УТВЕРЖДАЮ
Жирков В.Н.

Примерное меню для обучающихся в МБОУ «Ал-Невская СОШ»
Александровского муниципального района
Рязанской области



Обед и салат

с 17.03-21.03 2025 г

Дни недели	Наименование блюд	Энергет. ценность.	Выход
Понедельник <i>17.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/50
	Суп гречневый с курицей	124.09	1/250
	Макаронны с сыром, маслом	288.0	1/180/22/5
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Вторник <i>18.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/50
	Суп вермишелевый	124.12	1/250
	Каша молочная пшеница	285.0	1/200
	Какао со сгущенным молоком	118.6	1/200
Среда <i>19.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/50
	Борщ	138.75	1/250
	Плов со свиной	267.17	1/200
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Четверг <i>20.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/50
	Суп овощной	111.75	1/250
	Макаронны с сыром, маслом	288.0	1/150/22/5
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Пятница <i>21.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/50
	Суп молочный рисовый	210.13	1/200
	Картофельное пюре	137.15	1/150
	<i>Овощной салат</i>	247.15	1/70
	Чай с сахаром	48.64	1/200

Директор школы: _____

УТВЕРЖДАЮ
Жирков В.Н.

Примерное меню для обучающихся в МБОУ «Ал-Невская СОШ»
Александровского муниципального района
Рязанской области



завтраки сред сек с 17.03-21.03 2025 г

Дни недели	Наименование блюд	Энергет. ценность.	Выход
Понедельник 17.03.25	Хлеб пшеничный	89.06	1/50
	Каша молочная рисовая	210.13	1/250
	Какао со сгущенным молоком	109.49	1/200
Вторник 18.03.25	Хлеб пшеничный	89.06	1/50
	Макароны с сыром, маслом	261.35	1/150/22/5
	Напиток из шиповника	88.2	1/200
Среда 19.03.25	Хлеб ржаной	89.06	1/50
	Рис с овощной подливой	216.0	1/200
	Грудка куриная	209.7	1/70
	Компот из сухофруктов	113.79	1/200
Четверг 20.03.25	Хлеб ржаной	83.24	1/50
	Гречка отварная	243.75	1/200
	Гуляш	119.9	1/80
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Пятница 21.03.25	Хлеб пшеничный	89.06	1/50
	Каша молочная пшеничная	285.0	1/200
	Яйцо вареное	63.0	1/50
	Кофейный напиток	100.6	1/200

Директор школы: _____

УТВЕРЖДАЮ

Жирков В.Н.

Примерное меню для обучающихся в МБОУ «Ал-Невская СОШ»
Александровского муниципального района
Рязанской области



обеды сред. сек

с *17.03-21.03* 20*25* г

Дни недели	Наименование блюд	Энергет. ценность.	Выход
Понедельник <i>17.03.25</i>	Хлеб ржаной	83.24	1/50
	Суп гречневый	134.19	1/300
	Макаронны отварные	195.9	1/200
	Гуляш	243.75	1/70
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Вторник <i>18.03.25</i>	Хлеб ржаной	83.24	1/50
	Суп вермишелевый	76.81	1/300
	Каша молочная «Дружба»	210.13	1/250
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Среда <i>19.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/55
	Борщ	138.75	1/300
	Плов со свининой	267.17	1/250
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Четверг <i>20.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/55
	Суп овощной	111.75	1/300
	Макаронны с сыром, маслом	288.0	1/200/22/5
	Чай с сахаром	48.64	1/200
Пятница <i>21.03.25</i>	Хлеб ржаной	91.66	1/55
	Суп молочный рисовый	210.13	1/300
	Картофельное пюре	137.15	1/200
	Огурец соленый	13.0	1/40
	Компот	113.79	1/200