

1 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование	Выход, масса, порции, гр/мг	Б	Ж	У	Ккал	Цена
1.	Плов из отварной курицы	200					-
2.	Компот из сухофруктов	200					-
3.	Хлеб пшен	40					-
Итого		440					
ИТОГО стоимость обеда:							130

Утверждаю
 ООО "СИТИ-ПРО"
 Директор К.В. Подойницына
 М.П.



Утверждаю
 Директор МОУ
 М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергети ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ															
Вторник															
Завтрак (1 смена)															
177М	Каша молочная с маслом	200	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	20,20
419К	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	21,20
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
ИТОГО за завтрак			14,27	11,29	74,90	460,73	0,30	1,22	44,30	0,76	277,53	333,14	81,73	2,54	45,00

Обед (2 смена)

177М	Каша молочная с маслом	200	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	20,20
419К	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	21,20
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
ИТОГО за обед			27,59	23,39	109,44	756,55	0,38	75,38	70,70	5,96	120,09	319,39	91,06	5,97	45,00
ВСЕГО за Вторник			41,86	34,68	184,34	1217,28	0,68	76,60	115,00	6,72	397,62	652,53	172,79	8,51	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Инициалы К.В.

Утверждаю
и.о. Директор МБОУ
А.А. Кайгородова
М.П.

Меню по программе:
"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"
" " 2022г.

День/ неделя № рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Вторник 1															
Завтрак (1 смена)															
177М	Каша пшенная с изюмом	250	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	34,80
15М	Сыр порционный	20	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	18,62
382М	Какао с молоком	200	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,00	19,43
	Булочка	50	2,02	2,07	13,02	78,87	0,11	0,02	8,40	0,64	10,32	25,76	4,40	0,36	10,00
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
ИТОГО за завтрак			19,82	16,96	91,83	602,40	0,42	1,25	85,52	1,49	421,37	464,90	107,36	3,92	86,45

Обед (2 смена)															
302M	Каша гречневая	150	3.81	3.08	40.01	202,95	0.04	0.00	14,00	0.25	5.71	82,16	27.03	0.55	16,64
297M	Котлета из кур. соуса	50/40	13.64	12.93	6.76	198,28	0.08	1.34	46,90	1.26	12.60	119,42	17.35	1.35	53,73
350M	Кисель	180	0.19	0.04	22.30	87,74	0.01	36.00	0,00	0.13	9.68	5,94	5.58	0.28	10,48
	Хлеб пшеничный	70	5.14	0.76	29.58	143,62	0.12	0.00	1,80	1.18	19.70	82,20	27.30	1.97	5,60
ИТОГО за обед			27.59	23.39	109,44	756,55	0.38	75,38	70,70	5.96	120,09	319,39	91.06	5.97	86,45
ВСЕГО за Вторник-I			47,41	40,35	201,27	1358,95	0.80	76,63	156,22	7,45	541,46	784,29	198,42	9,89	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Подойница К.В. _____

Утверждаю
Директор МОУ

М.П.

Меню по программе:
"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"
" " 2022 г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,руб	
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
НЕДЕЛЯ 2																
Вторник-2																
Завтрак (1 смена)																
177М	Каша пшенинная с изюмом	250	5,95	5,05	32,69	200,86	0,16	0,43	19,10	0,17	104,64	150,43	40,08	1,22	34,80	
15М	Сыр порционный	15	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	14,41	
419К	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,01	2,95	12,01	84,93	0,02	0,80	9,00	0,00	114,67	81,00	12,60	0,12	18,64	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60	
	Булочка	50	2,02	2,07	13,02	78,87	0,11	0,02	8,40	0,64	10,32	25,76	4,40	0,36	15,00	
ИТОГО за завтрак				16.19	11.85	64.39	424.79	0.25	1.35	62.60	0.77	378.51	362.23	72.63	2.29	86.45

Обед (2 смена)

302M	Макаронные изделия отварные	150	3,81	3,08	40,01	202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	11,77
294M	Котлеты из птицы с соусом	90	14,11	19,50	13,89	288,13	0,10	1,26	72,10	2,40	16,97	128,06	21,48	1,64	53,73
350M	Кисель	200	0,19	0,04	22,30	87,74	0,01	36,00	0,00	0,13	9,68	5,94	5,58	0,28	15,35
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО за обед			23,25	23,38	105,78	722,44	0,27	37,26	87,90	3,96	52,06	298,36	81,39	4,44	86,45
ИТОГО за Вторник-2			39,44	35,23	170,17	1147,23	0,52	38,61	150,50	4,73	430,57	660,59	154,02	6,73	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар