

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



Утверждаю
Директор МОУ
М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ неделя	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	
№ рецеп.															
Среда															
Завтрак (1 смена)															
145М	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	4,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21
377М	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19
	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			6.35	10.99	49.60	326.96	0.21	20.49	12.00	4.78	49.75	129.05	96.99	2.90	45.00

Обед (2 смена)

145М	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	4,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21
377М	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19
	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			6,35	10,99	49,60	326,96	0,21	20,49	12,00	4,78	49,75	129,05	96,99	2,90	45,00
Всего за Среда			12,69	21,97	99,19	653,92	0,42	40,97	24,00	9,55	99,49	258,10	193,97	5,79	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар

4 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование	Выход, масса, порции, гр./мг	Б	Ж	У	Ккал	Цена
1.	Макароны отварные с маслом	150					-
2.	Котлета мясная с соусом	75/25					-
3.	Чай с сахаром	200					-
4.	Хлеб пшен	40					-
Итого		490					
ИТОГО стоимость обеда:							130



Утверждаю

двойнишина К.В.

Утверждаю

и.о.

Директор МОУ

А.И. Кошаркина

М.П.

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

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 1															
Среда-1															
Завтрак (1 смена)															
125М	Рис отварной	150	2,98	4,21	24,03	146,24	0,18	29,40	20,00	0,20	19,58	87,51	34,03	1,36	15,34
	Ежики мясные с соусом	90	26,18	9,45	0,00	165,94	0,11	2,38	47,60	1,90	20,34	191,22	22,83	1,58	61,84
377М	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	6,15
	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	3,12
ИТОГО за завтрак			32,37	14,07	52,52	444,14	0,35	34,28	67,60	2,63	56,47	323,09	75,18	4,62	86,45

Обед (2 смена)

309М	Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09	0,00	12,00	0,83	11,89	47,24	8,55	0,86	11,77
267К	Печень тушеная в соусе	90	17,14	10,78	15,17	226,95	0,36	24,26	5964,75	2,60	24,98	283,23	21,60	5,73	57,2
473К	Чай с шиповником	180	0,40	0,13	17,97	79,45	0,02	70,00	57,19	0,30	9,80	10,22	4,13	0,45	11,88
	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			28,53	14,53	100,12	648,99	0,59	94,26	6035,74	4,91	66,37	422,89	61,58	9,01	86,45
Всего за Среда-1			60,90	28,60	152,64	1093,13	0,94	128,54	6103,34	7,54	122,84	745,98	136,76	13,63	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Утверждено : ООО "СИТИ-ПРО"

Директор Подойницына К.В. _____

Утверждаю
Директор МОУ

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	Ca	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Среда-2															
Завтрак (1 смена)															
171М	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,56	38,34	246,01	0,29	0,00	24,00	0,60	15,93	201,68	134,07	4,51	15,43
288М	Котлета из говядины с соусом	90	26,95	9,74	0,51	173,16	0,11	3,44	68,80	0,42	26,60	201,17	24,41	1,68	60,34
377М	Чай с лимоном	187	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	7,14
	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	3,54
ИТОГО за завтрак			38,65	16,71	67,34	551,13	0,46	5,94	92,80	1,55	59,08	447,21	176,80	7,87	86,45

Обед (2 смена)

210M	Плов из птицы	200	13,74	16,74	18,25	278,93	0,19	20,16	249,60	0,70	91,05	249,05	37,00	3,10	64,90
348M	Компот из кураги	200	0,06	0,06	15,34	62,44	0,00	1,40	0,00	0,03	2,24	1,54	1,26	0,35	15,95
	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			18,94	17,56	63,17	484,99	0,31	21,56	251,40	1,91	112,99	332,79	65,56	5,42	86,45
ИТОГО за Среда-2			57,59	34,27	130,51	1036,12	0,77	27,50	344,20	3,46	172,07	780,00	242,36	13,29	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар