

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	
Четверг															
Завтрак (1 смена)															
302М	Каша гречневая с соусом	150/50	3,81	3,08	40,01	202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	25,75
	Чай с шиповником	180	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	15,65
	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			7,14	3,55	72,72	355,04	0,10	50,00	54,85	0,96	17,91	117,81	41,08	1,53	45,00
Обед (2 смена)															
302М	Каша гречневая с соусом	150/50	3,81	3,08	40,01	202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	25,75
	Чай с шиповником	180	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	15,65
	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			7,14	3,55	72,72	355,04	0,10	50,00	54,85	0,96	17,91	117,81	41,08	1,53	45,00
ВСЕГО за Четверг			14,28	7,10	145,44	710,08	0,20	100,00	109,70	1,92	35,82	235,62	82,16	3,06	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар

3 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование	Выход, масса, порции, гр./мг	Б	Ж	У	Ккал	Цена
1.	Омлет натуральный с картофелем	200					-
2.	Чай с лимоном сахаром	200					-
3.	Хлеб пшен	40					-
4.							-
Итого		440					
ИТОГО стоимость обеда:							130



Утверждаю
Директор МОУ *И.И. Сайдукина*
М.П.

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

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 I															
Четверг-1															
Завтрак (1 смена)															
233М	Каша молочная Дружба	250	23,54	20,66	31,47	410,55	0,24	2,27	92,75	3,26	209,24	300,97	43,97	1,19	34,01
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 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	19,43
	Булочка	50	2,02	2,07	13,02	78,87	0,11	0,02	8,40	0,64	10,36	25,76	4,40	0,36	15,00
	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			34,92	29,28	76,35	714,67	0,44	3,06	146,45	4,50	508,40	554,73	83,44	2,63	86,45

Обед (2 смена)															
291М	Плов из птицы	200	22,03	22,11	37,61	438,54	0,15	6,54	67,90	3,25	28,18	242,60	51,09	2,36	72,65
342М	Компот из сухофруктов	180	0,48	0,08	24,80	102,61	0,01	6,00	0,00	0,12	14,80	12,00	10,40	0,26	8,20
	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			27,65	22,95	91,99	684,77	0,28	12,54	69,70	4,55	62,68	336,80	88,79	4,59	86,45
ВСЕГО за Четверг-1			62,57	52,23	168,34	1399,44	0,72	15,60	216,15	9,05	571,08	891,53	172,23	7,22	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



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.			Энергети ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,ру б
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Четверг-2															
Завтрак (1 смена)															
233М	Каша молочная Дружба	250	23,54	20,66	31,47	410,55	0,24	2,27	92,75	3,26	209,24	300,97	43,97	1,19	34,65
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	13,77
377М	Какао с молоком	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	19,43
	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	0,11	8,40	0,64	10,32	25,76	4,40	0,36	15,00
ИТОГО за завтрак			31,84	26,59	73,35	666,38	0,42	5,00	135,65	4,51	386,11	467,09	73,44	3,38	86,45
Обед (2 смена)															
260М	Жаркое по-домашнему с курицей	300	13,88	14,90	3,47	203,76	0,07	4,05	0,00	1,94	10,94	145,25	20,70	2,17	72,65
342М	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,07	22,22	91,95	0,01	5,40	0,00	0,11	13,32	10,80	9,36	0,23	8,20
	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 завтрак			19,45	15,73	55,27	439,33	0,20	9,45	1,80	3,23	43,96	238,25	57,36	4,37	86,45
ИТОГО за Четверг-2			51,29	42,32	128,62	1105,71	0,62	14,45	137,45	7,74	430,07	705,34	130,80	7,75	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар