

2 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование	Выход, масса, порции, гр./мг	Б	Ж	У	Ккал	Цена
1.	Пельмешки с бульоном	150/100					-
2.	Чай с шиповником	200					-
3.	Хлеб пшен	40					-
4.							-
Итого		490					
ИТОГО стоимость обеда:							130

Утверждаю
ООО "СИТИ-ПРО"
Директор Д.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	Ca	P	Mg	Fe	
Пятница															
Завтрак (1 смена)															
212М	Омлет натуральный	130	18,44	27,88	10,63	367,21	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	30,46
	Кисель	180	0,90	0,18	18,18	82,80	0,02	36,00	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	10,94
	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			22,50	28,46	48,13	544,01	0,28	46,20	303,55	4,19	137,43	354,15	54,03	6,92	45,00
Обед (2 смена)															
212М	Омлет натуральный	130	18,44	27,88	10,63	367,21	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	30,46
	Кисель	180	0,90	0,18	18,18	82,80	0,02	36,00	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	10,94
	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			22,50	28,46	48,13	544,01	0,28	46,20	303,55	4,19	137,43	354,15	54,03	6,92	45,00
ИТОГО за Пятница			45,00	56,92	96,26	1088,02	0,56	92,40	607,10	8,38	274,86	708,30	108,06	13,84	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Инициалы К. В.

Утверждаю
и.о. Директор МОУ *И.О. Соколов*
М.П.

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

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	
ПЯТИЦА-1															
Пятница-1															
Завтрак (1 смена)															
212М	Омлет с картофелем	200	18,44	27,88	10,63	367,21	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	64,15
	Горошек зеленый	20	0,41	0,03	0,90	5,30	0,01	1,40	0,00	0,03	3,00	8,26	2,80	0,09	5,20
	Чай с сахаром, лимоном	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	13,50
	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			22,18	28,38	44,24	524,60	0,27	61,60	344,40	4,23	130,83	350,66	50,48	4,67	86,45
Обед (2 смена)															
277К	Рагу овощное с курицей	300	14,23	13,75	5,91	204,19	0,08	1,80	0,00	1,27	14,16	148,05	19,18	2,17	63,34
73	Икра кабачковая	30	0,53	1,11	2,73	23,49	0,02	9,65	0,00	0,52	11,55	10,66	6,27	6,27	7,54
	Чай из шиповника	180	0,90	0,18	18,18	82,80	0,02	36,00	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	9,97
	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			20,80	15,80	56,40	454,10	0,24	47,45	1,80	3,15	58,01	253,51	59,95	12,93	86,45
ИТОГО за Пятница-1			42,98	44,18	100,64	978,70	0,51	109,05	346,20	7,38	188,84	604,17	110,43	17,60	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Утверждаю

Директор М.П. Подойницына К.В.

М.П.

Утверждаю

Директор МОУ

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	Ca	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Пятница-2															
Завтрак (1 смена)															
321М	Рис отварной	150	3,91	2,39	14,99	99,68	0,09	82,66	12,00	0,35	90,30	67,95	34,64	1,37	13,36
331М	Рыба тушеная с овощами	90	10,40	8,28	10,85	159,92	0,16	2,61	21,20	2,64	39,30	116,17	21,00	0,67	60,05
	Чай из шиповника	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	9,92
	Хлеб пшеничный	40	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	3,12
ИТОГО за завтрак			19,62	11,50	68,81	461,31	0,37	135,27	75,85	4,36	152,30	267,17	83,79	4,19	86,45
Обед (2 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
299К	Ёжики мясные с соусом	90	11,98	12,58	9,20	197,91	0,05	2,20	0,00	1,64	14,59	139,08	21,16	1,88	57,22
349М	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,05	23,10	96,72	0,02	0,72	0,00	0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	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			26,31	19,95	100,22	684,26	0,48	2,92	25,80	4,41	79,02	449,24	201,43	8,98	86,45
ИТОГО за Пятница-2			45,93	31,45	169,03	1145,57	0,85	138,19	101,65	8,77	231,32	716,41	285,22	13,17	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар