

8 ДЕНЬ

| № п/п | Наименование | Выход, масса, порции, гр./мг | Б | Ж | У | Ккал | Цена |
|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|---|---|---|------|------------|
| 1. | Картофельное пюре | 150 | | | | | - |
| 2. | Тефтели из говядины с соусом | 75/25 | | | | | - |
| 3. | Чай с сахаром | 200 | | | | | - |
| 4. | Хлеб пшен | 40 | | | | | - |
| Итого | | 490 | | | | | |
| ИТОГО стоимость обеда: | | | | | | | 130 |



Утверждаю

для документов

Койницына К.В.

Утверждаю

Директор МОУ

И.И. Колежанина А.И.

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



Утверждаю: ООО "СИТИ-ПРО"

ДЛЯ ДОКУМЕНТАЦИИ
 М.П. 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 | Са | 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) | | | | | | | | | | | | | | | |
| 210М | 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 |
| 348М | 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