

Утверждаю
 ООО "СИТИ-ПРО"
 Директор Д.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.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Ca	Р	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

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



Инициалы К.В. _____

Утверждаю
 и.о. Директор АИ
А.А. Кайгородова
 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															
Вторник 1															
Завтрак (1 смена)															
177М	Каша пшеничная 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)															
302М	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
297М	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
350М	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-1			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



Подойницына 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	Ca	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Вторник-2															
Завтрак (1 смена)															
177М	Каша пшеничная 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)

302М	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
294М	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
350М	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