

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

двойница 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.			Энергети ческая 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