

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 К.В. Подойницына
М.П.



Утверждаю
Директор МОУ
М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ неделя	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	
№ рецеп.															
Среда															
Завтрак (1 смена)															
145М	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	4,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21
377М	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19
	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			6.35	10.99	49.60	326.96	0.21	20.49	12.00	4.78	49.75	129.05	96.99	2.90	45.00

Обед (2 смена)

145М	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	4,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21
377М	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19
	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			6,35	10,99	49,60	326,96	0,21	20,49	12,00	4,78	49,75	129,05	96,99	2,90	45,00
Всего за Среда			12,69	21,97	99,19	653,92	0,42	40,97	24,00	9,55	99,49	258,10	193,97	5,79	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар

СВО



Утверждаю

Директор

М.П.

ДОКУМЕНТОВ

Инженер К.В.

Утверждаю

И.О. Директор МБОУ

М.П.

И.О. Директор МБОУ

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 1															
Понедельник-1															
Завтрак (1 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	18,64
260М	Котлета из говядины с соусом	90	13,88	14,90	3,47	203,76	0,07	4,05	0,00	1,94	10,94	145,25	20,70	2,17	52,06
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	55,12	0,88	12,15
	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	3,6
ИТОГО за завтрак			20,90	18,39	71,97	538,67	0,17	6,55	14,00	2,72	33,20	271,77	116,05	4,40	86,45

Обед (2 смена)

125M	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	13,89
232M	Рыба тушеная с овощами	90	10,79	7,73	4,72	131,64	0,11	0,64	33,15	2,01	46,61	147,93	20,28	0,41	56,78
349M	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	10,18
	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			19,61	12,75	81,43	518,22	0,43	30,76	54,95	4,38	114,69	343,92	100,51	4,36	86,45
Всего за Понедельник I			40,51	31,14	153,40	1056,89	0,60	37,31	68,95	7,10	147,89	615,69	216,56	8,76	

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 № рецепт	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															
Понедельник-2															
Завтрак (1 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	17,41
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	55,05
377М	Чай с лимоном	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	10,39
	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	3,60
ИТОГО за завтрак			23,02	16,21	85,35	578,46	0,26	4,70	13,80	3,66	53,53	278,08	62,13	5,59	86,45

Обед (2 смена)															
63К	Салат из моркови с курагой	30	0,27	2,84	2,45	37	0,02	3,72	0	1,31	6,62	10,6	7,24	0,24	5,35
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
248К	Биточки рыбные с соусом	90	9,64/0,72	4,91/3,01	1,53/2,65	89,65/40,93	0,06/0,03	8,28/0,06	18,60/19,00	1,96/0,10	81,95/17,66	148,58/12,78	13,12/2,05	0,59/0,10	54,30
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	7,84
	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			9,75	3,20	67,67	340,02	0,23	83,38	13,80	2,52	138,80	176,43	80,84	3,96	86,45
ИТОГО за Понедельник-2			32,77	19,41	153,02	918,48	0,49	88,08	27,60	6,18	192,33	454,51	142,97	9,55	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар