



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	P	Mg	Fe	
Понедельник															
Завтрак (1 смена)															
312М	Картофельное пюре, соус	150/50	3,28	3,99	22,18	138,19	0,16	25,94	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22	31,5
377М	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	9,9
	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			6.61	4.46	54.89	290.28	0.22	75.94	59.15	0.88	57.34	133.12	47.16	2.20	45.00

Обед (2 смена)

312М	Картофельное пюре, соус	150/50	3,28	3,99	22,18	138,19	0,16	25,94	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22	31,5
377М	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	9,9
	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 ОБЕД			6,61	4,46	54,89	290,28	0,22	75,94	59,15	0,88	57,34	133,12	47,16	2,20	45,00
Всего за Понедельник			13,22	8,92	109,78	580,56	0,44	151,88	118,30	1,76	114,68	266,24	94,32	4,40	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



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		
НЕДЕЛЯ																
Вторник																
Завтрак (1 смена)																
177М	Каша молочная с маслом	200	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	20,20	
419К	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	21,20	
	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				14,27	11,29	74,90	460,73	0,30	1,22	44,30	0,76	277,53	333,14	81,73	2,54	45,00

Обед (2 смена)

177М	Каша молочная с маслом	200	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	20,20
419К	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	21,20
	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			27,59	23,39	109,44	756,55	0,38	75,38	70,70	5,96	120,09	319,39	91,06	5,97	45,00
ВСЕГО за Вторник			41,86	34,68	184,34	1217,28	0,68	76,60	115,00	6,72	397,62	652,53	172,79	8,51	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Утверждаю
Директор МОУ
К.В. Подойницына

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



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	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



Утверждаю
Директор МОУ
М.П. Подпись

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	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