

Согласовано
 Директор ООО "Эталон"
 Подин В.А.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 3



Недельное меню для обучающихся в общеобразовательных организациях

05.04.2021г														
1-4классы														
	Овощи натуральные соленые	60	0,480	0,060	1,020	8	0,012	3,000		0,060	13,800	14,400	8,400	0,360
СПб,2008.-800с,№272	Котлеты из говядины	60	10,080	12,000	12,320	200	0,060	0,000	2,880	0,000	9,600	120,000	19,200	1,600
СПб,2008.-800с,№181	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	3,600	4,600	37,700	0	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
Дели,2011-544с,№376	Чай с сахаром	200/15	0,100	0,000	14,800	59	0,000	0,000	0,000	0,000	10,900	3,900	3,700	0,400
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 53,41			17,540	17,100	89,600	382	0,119	3,000	2,880	0,498	43,060	170,520	38,500	3,062
5-11классы														
	Овощи натуральные соленые	60	0,480	0,060	1,020	8	0,012	3,000		0,060	13,800	14,400	8,400	0,360
СПб,2008.-800с,№181	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	9,900	11,500	44,300	320	0,200	0,000	0,100	5,500	26,100	145,300	217,100	5,000
Дели,2011-544с,№294	Котлеты из птицы	60	8,900	15,400	8,100	205	0,000	0,400	0,000	1,800	24,900	14,900	96,100	1,300
Дели,2011-544с,№	Кофейный напиток	200	3,300	2,400	26,700	142	0,000	0,500	0,000	0,000	111,500	19,100	87,900	0,500
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 54,00			15,480	18,240	58,560	462	0,047	0,900	0,000	2,238	145,160	66,220	191,200	2,502

ГПД:														
№138,2004г	Суп картофельный с	250	2,400	2,300	17,400	102	0,080	0,050	0,000	8,300	14,220	21,610	0,830	6,300
Дели,2011- 544с,№349	Компот из сухофруктов	200	0,000	0,000	19,400	77	0,000	0,000	0,000	0,000	8,500	1,800	0,000	0,000
	Хлеб белый,1с	40	4,56	0,48	29,52	142	0,066	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
Итого по питанию: 15,00			6,960	2,780	66,320	321	0,146	0,050	0,000	8,960	34,720	62,410	9,230	6,960

06.04.2021г

1-4классы

Дели,2012-584с,№129	Морковь тушенная	100	1,700	2,800	24,600	134	0,000	1,000	0,800	0,500	33,700	36,000	49,900	1,000
544с,№202.1	Макароньы отварные с маслом	150/5	5,300	6,400	34,300	216	0,100	0,000	0,100	1,300	29,900	10,400	42,000	1,000
№413,2004г	Колбасные изделия	100	12,000	7,600	16,000	180	0,300	0,000		0,500	33,400	182,800	19,780	2,400
	Кисель фруктовый	200	1,000	0,050	27,500	110	0,010	0,800	0,500	0,000	28,690	18,270	0,670	0,320
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 53,41			23,280	17,290	126,160	755	0,457	1,800	1,400	2,738	134,450	279,690	119,550	5,422

5-11классы

Дели,2012-584с,№140	Свекла тушенная	100	2,000	5,200	10,400	95,4	0,000	4,200	0,000	1,800	45,700	20,800	52,000	1,300
Дели,2011-544с,№81	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	1,700	5,700	9,800	100	0,000	8,400	0,200	2,300	53,700	22,600	42,800	1,300
№747,2004г	Сосиска в тесте	100	6,600	8,000	18,800	175	0,000	0,014	0,510	1,000	9,140	5,040	0,620	0,030
Дели,2011-544с,№376	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	14,80	59,30	0,00	0,00	0,00	0,00	10,90	3,90	3,70	0,40
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 54,00			11,680	14,140	67,160	449	0,047	8,414	0,710	3,738	82,500	63,760	54,320	2,432

ГПД:

Дели,2011-544с,№175	Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8,50	11,60	36,50	283,40	0,20	0,50	0,10	3,40	109,10	96,80	197,70	3,10
№686,2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15 /7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,000	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
	Хлеб белый,1с	40	4,56	0,48	29,52	142	0,066	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
Итого по питанию: 15,00			13,144	12,092	81,205	487	0,269	3,300	0,100	4,074	124,350	137,340	206,940	3,847

07.04.2021г

1-4классы

	Овощи натуральные соленые	60	0,480	0,060	1,020	8	0,012	3,000		0,060	13,800	14,400	8,400	0,360
ДеЛи,2011 №304	Рис отварной	150/5	3,700	5,900	38,900	223	0,000	0,000	0,000	0,300	28,400	27,800	76,100	0,600
тк ДеЛи,2011- 544с,№376	Фрикассе из куриных грудок	50/50	9,025	11,037	6,749	145	0,107	5,700	38,000	2,690	25,050	147,720	29,290	1,141
	Чай с сахаром	200/15	0,100	0,000	14,800	59	0,000	0,000	0,000	0,000	10,900	3,900	3,700	0,400
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 53,41			16,585	17,437	85,229	551	0,166	8,700	38,000	3,488	86,910	226,040	124,690	3,203

5-11классы

ДеЛи,2012- 584с,№129	Морковь тушенная	100	1,70	2,80	24,60	134,20	0,00	1,00	0,80	0,50	33,70	36,00	49,90	1,00
№138,2004г	Суп картофельный с крупой	250	2,40	2,30	17,40	102,00	0,08	0,05	0,00	8,30	14,22	21,61	0,83	6,30
	Булочка	50	4,68	3,24	32,16	178,8	0,048	0	0,0972	0,048	9,696	6,708	0,54	4,176
ДеЛи,2011- 544с,№376	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	14,80	59,30	0,00	0,00	0,00	0,00	10,90	3,90	3,70	0,40
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 54,00			10,46	5,98	88,12	455,10	0,18	0,05	0,10	8,79	43,58	64,44	12,27	11,58

ГПД:

ДеЛи,2011- 544с,№81	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	1,700	5,700	9,800	100	0,000	8,400	0,200	2,300	53,700	22,600	42,800	1,300
ДеЛи,2011- 544с,№349	Компот из сухофруктов	200	0,000	0,000	19,400	77	0,000	0,000	0,000	0,000	8,500	1,800	0,000	0,000
	Хлеб белый,1с	40	4,56	0,48	29,52	142	0,066	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
Итого по питанию: 15,00			6,260	6,180	58,720	320	0,066	8,400	0,200	2,960	74,200	63,400	51,200	1,960

08.04.2021

1-4классы

ДеЛи,2011-544с,№139	Капуста тушеная	100	2,40	4,00	10,00	87,00	0,00	21,30	0,10	1,80	54,10	20,80	39,90	1,10
ДеЛи,2011-544с,№128	Картофельное пюре	150/5	3,000	17,200	21,000	252	0,200	10,100	0,100	3,400	41,700	29,500	83,500	1,200
ДеЛи,2011 №234	Котлеты рыбные	60	6,300	6,000	7,900	112	0,000	0,100	0,000	2,300	33,700	15,900	89,100	0,900
ДеЛи,2011-544с,№431	Чай с сахаром и лимоном	200/15 /7	0,32	0,110	16,420	66,960	0	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 53,41			15,300	27,750	79,080	633	0,247	31,500	0,200	7,938	138,260	98,420	219,700	3,902

5-11классы

ДеЛи,2011-544с,№139	Капуста тушеная	100	2,40	4,00	10,00	87,00	0,00	21,30	0,10	1,80	54,10	20,80	39,90	1,10
	Перловка отварная	180/5	5,600	0,700	35,900	172	0,100	0,000	0,000	1,100	30,500	11,000	42,900	1,100
ДеЛи,2011 №234	Котлеты рыбные	80	6,300	6,000	7,900	112	0,000	0,100	0,000	2,300	33,700	15,900	89,100	0,900
ДеЛи,2011-544с,№376	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	14,80	59,30	0,00	0,00	0,00	0,00	10,90	3,90	3,70	0,40
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 54,00			15,280	7,140	82,360	459	0,147	0,100	0,000	3,838	83,860	63,020	142,900	3,102

ГПД:

ДеЛи,2011-544с,№119	Суп картофельный гороховый	250/10	8,200	5,500	18,200	155	0,200	0,800	0,200	5,400	51,700	35,200	85,500	2,700
	Печенье	40	3,744	2,592	25,728	143	0,0384	0	0,0778	0,0384	7,7568	5,3664	0,432	3,3408
	Кисель фруктовый	200	1,000	0,050	27,500	110	0,010	0,800	0,500	0,000	28,690	18,270	0,670	0,320
	Хлеб белый,1с	40	4,56	0,48	29,52	142	0,066	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
Итого по питанию: 15,00			17,504	8,622	100,948	550	0,314	1,600	0,778	6,098	100,147	97,836	95,002	7,021

09.04.2021г														
1-4классы														
ДеЛи,2011-544с,№139	Капуста тушеная	100	2,40	4,00	10,00	87,00	0,00	21,30	0,10	1,80	54,10	20,80	39,90	1,10
№449,1996г	Плов с курицей	50/150	14,000	19,500	42,000	400	0,064	0,620	34,270	5,799	22,000	204,000	40,600	1,870
ДеЛи,2011-544с,№382	Какао с молоком	200	3,800	3,700	24,400	147	0,000	0,500	0,000	0,000	111,500	27,500	95,600	0,900
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 53,41			21,080	23,640	90,160	662	0,111	1,120	34,270	6,237	142,260	263,720	143,400	3,472
5-11классы														
ДеЛи,2011-544с,№139	Капуста тушеная	100	2,40	4,00	10,00	87,00	0,00	21,30	0,10	1,80	54,10	20,80	39,90	1,10
ДеЛи,2011-544с,№128	Картофельное пюре	150/5	3,000	17,200	21,000	252	0,200	10,100	0,100	3,400	41,700	29,500	83,500	1,200
ДеЛи,2011-544с,№288	Куры отварные	100	23,200	30,700	0,400	370	0,100	1,200	0,200	0,500	20,700	21,700	197,700	1,900
ДеЛи,2011-544с,№376	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	14,80	59,30	0,00	0,00	0,00	0,00	10,90	3,90	3,70	0,40
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб белый,1с	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию: 54,00			31,980	52,340	69,960	883	0,347	32,600	0,400	6,138	136,160	108,120	332,000	5,302
ГПД:														
№138,2004г	Суп картофельный с крупой	250	2,400	2,300	17,400	102	0,080	0,050	0,000	8,300	14,220	21,610	0,830	6,300
ДеЛи,2011-544с,№349	Компот из сухофруктов	200	0,000	0,000	19,400	77	0,000	0,000	0,000	0,000	8,500	1,800	0,000	0,000
	Хлеб белый,1с	40	4,56	0,48	29,52	142	0,066	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
Итого по питанию: 15,00			6,960	2,780	66,320	321	0,146	0,050	0,000	8,960	34,720	62,410	9,230	6,960

10.04.2021г														
1-4классы														
№664,1996г	Пельмени отварные	180/5	11,940	13,375	27,340	279	0,159	2,491	32,251	1,283	44,453	200,918	25,579	2,401
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,200		13,700	56	0,008	3,750		0,075	9,970	7,500	6,500	0,197
	Хлеб белый,1с	50	2,85	0,3	18,45	88,75	0,0413	0	0	0,4125	7,5	24,375	5,25	0,4125
Итого по питанию: 53,41			14,990	13,675	59,490	424	0,208	6,241	32,251	1,771	61,923	232,793	37,329	3,011
5-11классы														
	Пицца	100	6,600	8,000	18,800	175	0,000	0,014	0,510	1,000	9,140	5,040	0,620	0,030
№685,2004	Чай с сахаром	200/15	0,200		13,700	56	0,008	3,750		0,075	9,970	7,500	6,500	0,197
Итого по питанию: 54,00			6,800	8,000	32,500	231	0,008	3,764	0,510	1,075	19,110	12,540	7,120	0,227