



Утверждаю  
 Директор школы  
**Н.Д. Курамшин**

**МЕНЮ**  
 на 4 октября 2022г.

**1 – 4 классы**

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр	Стои мость	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Сыр порционно	10		0,07	3,06	6,70	54,06
2	Котлеты из мяса кур	90		11,30	4,95	3,80	105,00
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливоч	150/5		3,10	8,43	20,51	170,25
4	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,16	0,16	22,88	104,60
5	Хлеб пшеничный	25		2,280	0,240	14,760	71
6	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>55,55</b>	<b>14,63</b>	<b>16,60</b>	<b>68,65</b>	<b>473,51</b>

**5 –10 классы**

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Сыр порционно	10		2,63	2,66	0,00	34,33
2	Котлеты из мяса кур	100		9,60	8,66	19,79	179,80
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		4,61	6,92	27,79	207,00
4	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	42,00
5	Хлеб пшеничный	20		1,90	0,20	12,30	58,75
6	Хлеб ржаной	40		1,32	0,54	17,82	89,10
	<b>Итого:</b>	<b>553</b>	<b>55,55</b>	<b>20,19</b>	<b>19,00</b>	<b>87,90</b>	<b>610,98</b>

**Питание на сумму дотации**

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Вафли	30		3,30	4,25	9,00	49,1
2	Компот из свежемороженых фруктов	200		0,34	0,17	22,84	106,40
	<b>Итого:</b>	<b>230</b>	<b>8.30</b>	<b>3,6</b>	<b>4,4</b>	<b>31,9</b>	<b>155,5</b>

**Группы продленного дня**

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рассольник Ленинградский со сметаной с куриными фрикадельками	250/11/10		3,80	8,87	13,24	153,67
2	Булочка сдобная	50		3,64	6,26	22,00	159,00
3	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,112	0,018	10,15	41,32
4	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	35.00	2,84	0,4	17,76	86,6
	<b>Итого:</b>	<b>561</b>		<b>10,39</b>	<b>15,55</b>	<b>63,15</b>	<b>440,59</b>

Зав. производством  
 Фельдшер

*Ф.И.И.*  
*Л.А.*

Ф.Ш.Зангирова  
 Л. А.Сабилова

Утверждаю  
Директор школы  
Н.Д. Курамшин



**МЕНЮ**  
на 4 октября 2022г.  
(свободный выбор для учащихся 5-10 кл)

**Холодные закуски**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стои мость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Салат из моркови с сыром	100		4,49	11,60	7,19	78,12
2	Салат из свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	0,09	60,40
3	Плоды и ягоды свежие (апельсины)	100		0,900	0,200	8,100	43,00
	Итого:	300		5,80	14,85	7,28	138,52

**ПЕРВЫЕ БЛЮДА**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/7		2,69	2,84	17,46	118,25
	Итого:	257		2,69	2,84	17,46	118,25

**ГОРЯЧИЕ БЛЮДА**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рагу из птицы	50/150		9,80	12,66	29,85	283,50
2	Котлеты из мяса кур	100		14,11	16,60	15,40	277,56
3	Запеканка картофельная с мясом	200		15,16	11,88	32,13	296,23
	Итого:	500		39,07	41,14	77,38	857,29

**Гарниры**

1	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
	Итого:	183		5,52	8,19	24,67	194,40

**НАПИТКИ**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Чай с сахаром с лимоном 75 С	185/10/5		0,11	0,02	10,15	41,32
2	Кофейный напиток 75С	200		3,16	2,67	15,95	100,6
3	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	30/30		4,26	0,6	26,64	130,4
	Итого:	260		7,56	3,29	52,74	272,32
	Всего:	1500		60,64	70,31	179,53	1580,78

Зав. производством  
Фельдшер

*Ф.Ш. Зангирова*  
*Л. А. Сабирова*

Ф.Ш.Зангирова  
Л. А.Сабирова