

Утверждаю
И.о.директора школы

 Г.И. ИБРАГИМОВА

МЕНЮ
на 5 декабря 2022г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
2	Куриные бедра запеченные с томатным соусом	100		10,690	15,964	0,000	202
3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5,10	2,85	31,96	186,10
4	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	10,990	45
5	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
6	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	583	55,55	19,14	19,67	79,67	566,75

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Куриные бедра запеченные с томатным соусом	100		9,170	15,516	0,000	210,4
2	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3		6,120	2,980	40,347	207
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,110	0,060	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	40		1,520	0,160	9,840	47
5	Хлеб ржаной	30		1,980	0,360	11,880	59
	Итого:	553	55,55	18,90	19,08	73,06	568,89

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Вафли	30		3,30	4,25	9,0	49,07
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,97	44,66
	Итого:	230	8,30	4,0	4,3	21,0	141,9

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рассольник Домашний со сметаной с куриными фрикадельками	250/11/10		3,23	8,71	13,05	131,00
2	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочном	180		3,64	6,26	22	159,00
3	Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,01	40
4	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	Итого:	716	35,00	9,78	15,39	62,82	416,60
	Всего:	1852		51,82	58,44	236,55	1694,14

Зав. производством
Фельдшер




Ф.Ш.Зангир
Л.А. Сабилов
Е.В.Петрова

МЕНЮ
на 5 декабря 2022г.
(свободный выбор для учащихся 5-9 кл)

Холодные закуски

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стои мость	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Салат из зеленого горошка к/с	100		0,90	0,20	8,10	43,00
2	Салат из моркови с изюмом	100		1,26	0,13	22,28	95,30
3	Фрукты (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
	Итого:	260		2,16	0,33	30,38	138,30

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рассольник домашний со сметаной	250/7		3,79	10,89	22,12	218,83
	Итого:	522		3,79	10,89	22,12	218,83

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Омлет натуральный	200		7,81	10,42	9,96	167,28
2	Фрикадельки мясные в томатно-сметанном соусе	55/50		7,16	8,320	10,960	150
3	Птица запеченная	100		19,31	4,08	4,03	46,71
	Итого:	405		34,28	22,81	24,96	363,90

Гарниры

1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3		6,12	2,98	40,347	207
2	Каша гречневая отварная рассыпчатая	180		10,56	6,39	47,75	289,80
	Итого:	363		16,68	9,37	88,09	496,80

НАПИТКИ

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	10,99	44,70
2	Компот из апельсинов 14	200		0,47	0,11	24,22	102,63
3	Хлеб пшеничный	20		0,12	0,08	24,53	111,80
4	Хлеб ржаной	20		2,84	0,40	17,76	86,60
	Итого:	440	73,00	3,54	0,65	77,50	345,73
	Всего:	2232		56,67	33,16	220,93	1344,73

Зав. производством
Фельдшер



Ф.Ш.Зангирова
Л.А.Сабирова
Е.В.Петрова