

Утверждаю

И.о. директора школы

Г.И. Ибрагимова

**МЕНЮ**

на 12 декабря 2022г.

**1 – 4 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из моркови с яблоками	60		0,64	0,10	5,11	23,94
2	Котлета домашняя из говядины	100		11,28	16,71	9,00	221,74
3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5		5,12	4,53	31,99	189,30
4	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	132,80
5	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
6	Хлеб ржаной	25	55.55	1,65	0,30	9,90	49,50
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>		<b>21,63</b>	<b>21,97</b>	<b>102,78</b>	<b>687,78</b>

**5 – 10 классы**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из моркови с яблоками	100		1,06	0,17	8,52	39,90
2	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5		6,83	4,43	38,37	220,56
3	Котлета домашняя из говядины	100		0,21	0,03	0,57	3,60
4	Компот из сухофруктов	200		0,66	0,09	32,01	132,80
5	Хлеб пшеничный	30		2,280	0,240	14,760	71
6	Хлеб ржаной	35	55.55	2,31	0,42	13,86	69,30
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>		<b>13,36</b>	<b>5,38</b>	<b>108,10</b>	<b>536,66</b>

**Питание на сумму дотации**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Печенье	50		2,25	2,94	22,30	125,1
2	Чай с сахаром с лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	40,20
	<b>Итого:</b>	<b>240</b>	<b>8.30</b>	<b>2,4</b>	<b>3,0</b>	<b>32,5</b>	<b>165,3</b>

**Группы продленного дня**

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Борщ из св. капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/30/7		7,97	9,49	11,41	173,92
2	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	50		6,27	7,86	14,83	155,00
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
	<b>Итого:</b>	<b>577</b>	<b>35.00</b>	<b>17,15</b>	<b>17,77</b>	<b>54,01</b>	<b>455,52</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1895</b>		<b>54,51</b>	<b>48,08</b>	<b>297,38</b>	<b>1845,26</b>

Зав. производством

Фельдшер

*Ф.Ш. Зангирова*

Ф.Ш. Зангирова

Л. А. Сабирова

Е. В. Петрова

*Л*

Утверждаю

И.о. директора школы

Г.И. Ибрагимова



## МЕНЮ

на 12 декабрь 2022г.  
(свободный выбор для учащихся 5-10 кл)

### Холодные закуски

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоим ость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость
1	Салат из свеклы отварной	100		1,41	6,01	8,26	92,80
2	Бутерброд с сыром с маслом	50		6,27	7,03	14,83	155,00
3	Фрукты (яблоки)	100		0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого:	250		<b>8,08</b>	<b>13,44</b>	<b>32,89</b>	<b>294,80</b>

### ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Борщ из св. капусты с картофелем на курином бульоне	250/7		2,42	7,40	13,48	140,75
	Итого:	257		<b>2,42</b>	<b>7,40</b>	<b>13,48</b>	<b>140,75</b>

### ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Курица тушеная по татарски	70/50		5,84	17,59	3,25	219,02
2	Котлеты Домашние	100		11,28	16,71	9,00	221,74
3	Омлет натуральный	200		12,79	11,17	28,92	259,11
	Итого:	420		<b>29,91</b>	<b>45,47</b>	<b>41,17</b>	<b>699,87</b>

### Гарниры

1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5		6,84	4,39	38,32	220,20
2	Гороховое пюре	180/3		4,33	6,32	41,97	229,60
	Итого:	553		<b>11,17</b>	<b>10,71</b>	<b>80,29</b>	<b>449,80</b>

### НАПИТКИ

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Компот из сухофруктов 14 С	200		0,66	0,09	20,03	84,92
2	Чай с сахаром 75 С	190/10		0,07	0,02	10	40
3	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	30/30		4,26	0,6	26,64	130,4
	Итого:	460	73.00	<b>4,99</b>	<b>0,71</b>	<b>56,67</b>	<b>255,32</b>
	Всего:	2070		<b>56,57</b>	<b>77,73</b>	<b>224,50</b>	<b>1840,54</b>

Зав. производством

Фельдшер

*Ф.Ш. Зангирова*

Ф.Ш. Зангирова

Л. А. Сабирова

Е. В. Петрова

*Л. А. Сабирова*