

Утверждаю
 Директор школы
 А.А. Адилов

МЕНЮ
 на 20 января 2023 г

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Салат из свежей капусты с морковью	60		0,79	1,95	3,88	36,24
2	Плов из говядины с рисом	50/150		16,03	18,16	45,91	415,89
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	25		1,900	0,200	12,300	59
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	505	64,19	20,15	20,61	80,99	595,53

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Салат из свежей капусты с морковью	100		1,31	3,25	6,47	60,40
2	Плов из говядины с рисом	50/200		18,97	20,36	54,79	509,83
3	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
4	Хлеб пшеничный	20		1,520	0,160	9,840	47
5	Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
	Итого:	595		23,56	24,13	91,99	711,78

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Бутерброд с маслом	30/10		2,36	7,49	14,9	136
2	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,98	44,70
	Итого:	240	8,80	2,5	7,6	25,9	180,7

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Бутерброд с маслом	40		2,36	7,49	14,89	136
2	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/15		6,11	8,35	11,67	155,45
3	Напиток из апельсинов	200		0,47	0,11	24,22	102,63
4	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	525		10,3	16,2	58,7	433,7
	Всего:	1865	35,00	#####	#####	#####	#####

Зав. производством

Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабилова

Утверждаю
Директор школы
А.А.Адилов

МЕНЮ

на 20 января 2023г.

(свободный выбор для учащихся 5-9 кл)

Холодные закуски

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоим ость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Салат из свежей капусты с морковью	50		0,40	0,05	0,85	5,00
2	Яйцо с зеленым горошком к/с	50		6,27	7,03	14,83	155,00
	Итого:	200		6,67	7,08	15,68	160,00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Суп-лапша домашняя с картофелем на курином бульоне	250		2,57	2,78	15,69	109
	Итого:	250		2,57	2,78	15,69	109,00

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Бефстроганов из печени	50/50		12,66	8,76	3,81	159
2	Плов из говядины с рисом	50/200		8,5	11,21	10,61	180
3	Овощное рагу	250		19,04	20,92	66,07	555,60
	Итого:	455		40,20	40,89	80,49	894,60

Гарниры

1	Каша гречневая рассыпчатая	180		10,524	2,76	47,67	256,8
	Итого:	180		10,52	2,76	47,67	256,80

НАПИТКИ

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Компот из свежемороженых фруктов	200		0,46	0,1	21,02	87,13
2	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	8,97	36,68
3	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
4	Хлеб пшеничный	25					
5	Хлеб ржаной	20	81,00	3,41	0,56	47,75	210,41
	Всего:	1525		63,37	54,07	207,28	1630,81

Зав. производством

Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова

Л. А.Сабилова