

Утверждаю
Директор школы
Н.Д. Курамшин



МЕНЮ
на 20 сентября 2022г.

1 – 4 классы

№ п/п	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
	Итого:	500	55,55	14,63	16,60	68,65	473,51

5 –10 классы

№ п/п	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
	Итого:	553	55,55	20,19	19,00	87,90	610,98

Питание на сумму дотации

№ п/п	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
	Итого:	230	8,30	3,6	4,4	31,9	155,5

Группы продленного дня

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рагу из птицы	50/200		13,08	13,18	24,22	268,60
2	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,112	0,018	10,15	41,32
3	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	Итого:	490	35,00	16,03	13,60	52,13	396,52
	Всего:	1773		70,48	67,20	292,31	2033,03

Зав. производством
Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова
Л. А.Сабилова



Утверждаю
 Директор школы
 Н.Д. Курамшин

МЕНЮ
 на 20 сентября 2022г.
 (свободный выбор для учащихся 5-9 кл)

Холодные закуски

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр	Стои мость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Салат из свежей капусты с морковью	100		2,73	7,19	14,55	133,80
2	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100		0,40	0,40	9,80	47,00
3	Плоды и ягоды свежие (апельсины)	100					
	Итого:	300		3,13	7,59	24,35	180,80

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной	250/7		2,69	2,84	17,46	118,25
	Итого:	500		2,69	2,84	17,46	118,25

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Котлеты из мяса кур	100		10,36	10,29	25,90	233,11
2	Запеканка картофельная с мясом	200		14,17	12,96	24,32	270,80
3	Рагу из птицы	50/150		9,10	8,97	10,29	157,97
	Итого:	500		33,63	32,22	60,51	661,88

Гарниры

1	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		5,52	8,19	24,67	194,40
	Итого:	263		5,52	8,19	24,67	194,40

НАПИТКИ

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Чай с сахаром, лимоном 75С	190/10		0,07	0,02	7,98	31,92
2	Кофейный напиток 75С	200		0,46	0,1	21,02	87,13
4	Хлеб пшеничный	30		4,56	0,65	28,43	138,85
5	Хлеб ржаной	30					
	Итого:	460	73,00	5,09	0,77	57,43	257,90
	Всего:			50,06	51,60	184,41	1413,22

Зав. производством
 Фельдшер

Ф.Ш.Зангирова
 Л. А.Сабилова