

Утверждаю
И.о. директора школы


Г.И. ИБРАГИМОВА

МЕНЮ
на 21 НОЯБРЯ 2022г.

1 – 4 классы

| № п/п | Наименование продуктов | Выход, гр | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калори йность |
|-------|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
| 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 сливочным | 50 | | 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. Сабиров
Е.В.Петрова



МЕНЮ

на 21 ноября 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 