



Утверждаю
Директор школы
Н.Д. Курамшин

МЕНЮ
на 27 сентября 2022г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	Бутерброд с сыром с маслом сливочным	50		6,27	7,86	14,83	155,00
2	Овощи тушеные с мясом	50/150		10,17	12,60	32,31	292,17
3	Чай с мармеладом	185/15		0,09	0,02	11,91	48,15
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
5	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	500		20,13	20,72	81,73	605,42
	Итого:	515	55,55	40,26	41,68	163,46	1210,84

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов						
1	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	50		6,270	7,86	14,830	155
2	Овощи тушеные с мясом	50/200		13,33	16,28	43,58	346,67
3	Чай с мармеладом	185/15		0,09	0,02	11,910	48
4	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,760	71
5	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	550	55,55	23,29	24,15	93,00	659,92
	Питание на сумму дотации						
№ п/п	Наименование продуктов						
1	Булочка	50		3,64	6,26	22,0	159
2	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		0,13	0,02	10,20	40,20
	Итого:	230	8,30	3,77	6,28	32,20	199,20
	Группы продленного дня						
№ п/п	Наименование продуктов						
1	Щи из св.капусты с картофелем, с фрикадельками, со сметаной	250/10/10		4,83	6,83	8,31	120,78
2	Булочка обсыпная	50		3,64	6,26	21,96	159,00
3	Компот из свежих яблок	200		0,16	0,16	27,88	114,6
4	Хлеб ржаной	200		1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:	540	35,00	9,95	13,49	66,07	433,98
	Всего:	1987		75,88	40,60	355,08	2470,04

Зав. производством
Фельдшер

Ф.Ш. Зангирова
Л.А. Сабирова

Ф.Ш.Зангирова
Л.А. Сабирова

МЕНЮ

на 27 сентября 2022г.

(свободный выбор для учащихся 5-9 кл)

Холодные закуски

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Сто имос ть	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Бутерброд с сыром	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		0,900	0,200	8,100	43,00
	Итого:	300		3,13	7,59	24,35	180,80

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Щи из свежей капусты со сметаной	250/11/7		4,52	8,04	8,19	129,90
	Итого:	268		4,52	8,04	8,19	129,90

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Филе минтая запеченное с сыром	100		10,36	10,29	25,90	233,11
2	Фрикадельки куриные в сметанно-томатном соусе	200		14,17	12,96	24,32	270,80
3	Овощи тушеные с мясом	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

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Чай с мармеладом 75С	185/15		0,07	0,02	7,98	31,92
2	Компот из свежих яблок 14С	200		0,46	0,1	21,02	87,13
3	Хлеб пшеничный	30		2,64	0,48	15,84	79,20
4	Хлеб ржаной	20	73,00	1,32	0,24	7,92	39,60
	Итого:			48,12	56,27	125,64	1206,57
	Всего:			68,21	77,82	184,43	1718,77

Зав. производством
Фельдшер

Ф.Ш. Зангирова
Л. А. Сабирова

Ф.Ш. Зангирова
Л. А. Сабирова