

Утверждаю
 Директор школы
 Н.Д. Курамшин

МЕНЮ
 на 30 сентября 2022г.

1 – 4 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр	Стоим ость	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Помидоры свежие порционно	60		0,66	0,12	2,28	13,20
2	Фрикадельки в сметанно-томатном соусе	55/50		8,50	11,21	10,61	180,00
3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5		8,21	8,72	38,71	276,75
4	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
5	Хлеб пшеничный	25		1,90	0,20	12,30	58,75
6	Хлеб ржаной	20		1,320	0,240	7,920	40
	Итого:	565	55,55	20,04	20,55	82,81	613,35

5 – 10 классы

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Фрикадельки в сметанно-томатном соусе	55/50		8,50	11,21	10,61	180,00
2	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/5		10,56	9,99	47,73	291,80
3	Помидоры свежие порционно /доп гарнир/	30		0,33	0,06	1,14	6,60
4	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
5	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
6	Хлеб ржаной	30		1,980	0,360	11,880	59
	Итого:	580	55,55	23,43	21,92	97,11	653,35

Питание на сумму дотации

№ п/п	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Батон с маслом	30.окт		2,33	8,12	15,60	144,6
2	Чай с сахаром, с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,990	45
	Итого:	250	8.30	4,3	2,1	43,3	198

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:	825	35.00	13,56	16,79	78,50	532,68

Зав. производством
 Фельдшер



Ф.Ш.Зангирова
 Л. А.Сабирова

Утверждаю
Директор школы
Н.Д. Курамшин



МЕНЮ
на 30 сентября 2022г.
(свободный выбор для учащихся 5-9 кл.)

Холодные закуски

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр	Стои мость	Белки	Жиры	Углеводы	Калори йность
1	Огурцы соленые (доп. гарнир)	50		0,40	0,05	0,85	5,00
2	Бутерброд с сыром	50		6,27	7,03	14,83	155,00
3	Фрукт (апельсин)	100		0,90	0,20	8,10	43,00
	Итого:	200		7,57	7,28	23,78	203,00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№ n/n	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

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Бефстроганов из печени	50/50		12,66	8,76	3,81	159
2	Фрикадельки в сметанно-томатном соусе	55/50		8,5	11,21	10,61	180
3	Запеканка картофельная с мясом птицы	250		19,04	20,92	66,07	555,60
	Итого:	455		21,16	19,97	14,42	339,00

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

№ n/n	Наименование продуктов	Выход, гр					
1	Напиток из апельсинов 14 С	200		0,46	0,1	21,02	87,13
2	Чай с сахаром с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
3	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20		2,84	0,4	17,76	86,6
	Итого:	440	73,00	3,41	0,56	47,75	210,41
	Всего:	1525		45,23	33,35	149,31	1118,21

Зав. производством
Фельдшер

Handwritten signature

Ф.Ш.Зангирова
Л. А. САБИРОВА