

"Согласовано"
Директор школы МОУ СОШ №
" / " / 2024г

МЕНЮ
Для школьных столовых
(7-11 лет)

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"
/ Е.С. Сидельникова /
"01" октября 2024г



День 1		ЗАВТРАК														
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)			Витамины (мг)				
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
175	1.	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/10	30,37	4,35	9,42	39,08	259,36	127,70	35,53	149,60	0,80	52,31	0,10	0,55	0,92
	2.	Батон в/с	50	7,28	4,00	0,70	21,00	106,00	11,50	16,50	43,50	1,00	0	0,10	0,80	0
15	3.	Сыр (порцивами)	20	19,95	4,64	5,90	0	71,66	176,00	7,00	100,00	0,20	52,00	0	0	0
	4.	Печенье	25	5,25	1,88	4,50	16,75	115,75	5,75	2,50	16,25	1,05	0	0,09	0,42	0
382	5.	Какао с молоком	200	16,54	2,94	3,42	17,58	118,60	152,20	21,34	124,56	0,48	24,40	0,06	0,2	1,59
386	6.	Ряженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0	0,10	0,30
		Всего	605	94,84	17,81	23,94	94,41	671,37	473,15	82,87	433,91	3,53	128,71	0,35	1,94	2,51
ОБЕД																
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)			Витамины (мг)				
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
52	1.	Салат из свежлы отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200/28	32,85	8,18	5,73	20,09	164,45	60,14	24,09	58,27	1,25	0,73	8,62	1,18	18,21
289	3.	Рагу из курицы	240	58,86	19,30	24,50	25,20	399,10	50,50	53,30	148,40	2,60	0	0,30	5,80	15,50
349	4.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73
	5.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0	0,0	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0	0,0	0,00
		Всего	788	109,79	33,13	34,55	113,21	897,86	178,02	124,75	312,61	6,61	0,73	9,00	7,342	40,14
		Итого:		204,63	50,94	58,49	207,62	1569,23	651,17	207,62	746,52	10,14	129,44	9,35	9,28	42,65

"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № _____
 " ____ " _____ 2024г

"Утверждаю"
 Бригадир Управляющей ООО "Общепит-Н"
 / Е.С. Сидельникова /
 "01" октября 2024г

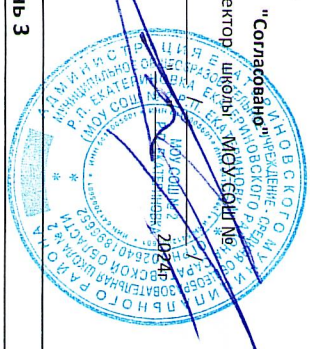
МЕНЮ
Для школьных столовых
(7-11 лет)

День 2

№ п/п	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	ЗАВТРАК					ОБЕД						
					Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
52	1.	Салат из свежесырой отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
291	2.	Плов из курицы	240	56,73	28,80	36,70	46,60	632,20	62,30	65,50	275,30	3,10	66,30	0,00	0,00	1,40
	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,84	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0,00	0
386	5.	Снежок	100	15,45	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	0,90
		Всего	600	83,69	33,06	40,70	87,52	848,12	97,60	91,20	334,70	6,34	66,30	0,04	0,19	7,20

№ п/п	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)							Витамины (мг)				
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С	Са	Мг	Р	Fe
45	1.	Салат из Белокочанной капусты.	60	5,58	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	0	19,50			
82	2.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,77	1,80	4,90	15,20	112,30	85,90	10,60	21,80	0,90	1,00	5,00	0,30	12,90				
260	3.	Гуляш из говядины	90/30	143,85	18,51	7,71	4,54	160,80	18,94	20,14	150,68	1,71	0	0,26	0	0,94				
309	4.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12,02	5,52	4,50	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,10	0	0,05	0,78	0,00				
	5.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0,00	6,00				
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0,00	0				
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0,00	0				
		Всего	790	191,50	30,88	20,54	85,6	649,46	146,14	78,56	284,65	12,2725	1,00	5,47	1,08	39,34				
		Итого:	275,19	63,94	61,24	173,12	1497,58	243,74	169,76	619,35	18,61	67,30	5,51	1,27	46,54					





"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 2



"Утверждаю"
 Бриг Директора ООО "Общепит-Н"
 / Е.С. Сидельникова /
 "01" октября 2024г.

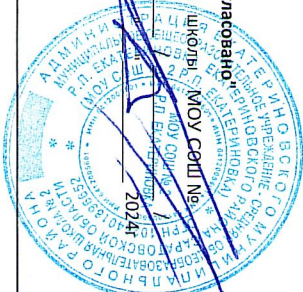
МЕНЮ
Для школьных столовых
(7-11 лет)

День 3

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
181	1.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/10	29,22	4,65	10,05	31,10	233,0	192,20	23,50	156,10	0,30	36,70	0,10	0	1,10
209	2.	йодо вареное	40	15,00	5,08	4,60	0,28	63,00	22,00	4,80	76,80	1,00	100,00	0,03	0,08	0
3	3.	Хлеб пшеничный 1с.	70	6,72	9,48	1,60	57,60	280,50	27,60	39,60	104,40	1,32	0	0,12	0,30	0,30
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		Всего	520	52,83	19,31	16,25	103,98	636,50	246,80	67,90	337,30	4,62	136,70	0,25	0,38	1,40

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В	РР	С
52	1.	Салат из свежлы отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0	0,10	5,70
108	2.	Суп картофельный с клецками	200	10,54	5,20	6,30	29,00	193,50	86,00	7,50	14,70	0,80	1,20	2,40	0,20	1,90
268	3.	Шницель из говядины	90	50,34	12,10	15,90	18,20	263,50	39,40	28,90	149,70	0,90	25,90	0,10	0	0,10
321	4.	Капустя тушеная	150	17,91	3,00	5,40	15,90	124,50	69,90	23,00	46,70	0,90	0,30	14,40	1,00	60,50
349	5.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		Всего	760	96,87	25,95	31,92	131,02	915,81	262,68	106,76	317,04	5,36	27,40	16,98	1,56	68,93
		Итого:		149,70	45,26	48,17	235,00	1552,31	509,48	174,66	654,34	9,98	164,10	17,23	1,94	70,33



"Согласовано"
 Директор Школы МОУ СОШ № 1

2024

МЕНЮ

ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
 (7-11 лет)

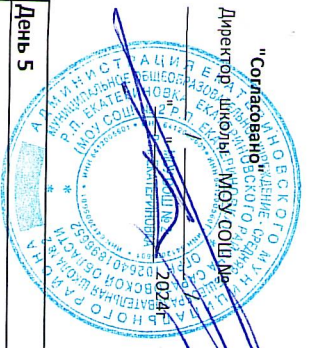
"Утверждаю"
 Врио руководителя ООО "Общепит-Н"
 /Е.С. Сидельникова /
 "01" октября 2024г

День 4

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)				
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С	
175	1.	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/10	30,37	4,35	9,42	39,08	259,36	127,70	35,53	149,60	0,80	52,31	0,10	0,55	0,92	
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	70	6,72	9,48	1,60	57,60	280,50	27,60	39,60	104,40	1,32	0	0,12	0,30	0,30	
15	3.	Сыр (порциями)	20	19,95	4,64	5,90	0	71,66	176,00	7,00	100,00	0,20	52,00	0	0	0	
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0	
386	5.	Снежок	100	15,45	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35	
		Всего	600	74,38	18,57	16,92	111,68	671,52	336,30	82,13	354,00	4,32	104,31	0,22	0,85	1,22	

ОБЕД

№	№	Наименование блюда	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)				
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С	
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	60	5,58	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50	
88	2.	Ци из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,12	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,95	6,60	
282	3.	Оладьи из говяжьей печени	90/5	65,15	15,28	18,46	6,25	268,36	19,60	15,09	223,38	11,47	6,48	0,21	5,80	15,50	
198	4.	Каша гороховая отварная с маслом	150/5	12,55	13	7,40	42,40	287,90	84,50	0,00	0,00	5,00	0	0,02	0,00	0,20	
1041	5.	Напиток апельсиновый	200	8,14	0,10	0	27,10	108,60	23,52	0,00	0,00	0,24	0	0,03	0,00	12,90	
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0	
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0	
		Всего	770	106,82	34,83	34,19	122,76	953,57	239,02	56,29	332,08	19,30	7,48	5,82	6,75	54,70	
		Итого:		181,20	53,40	51,11	234,44	1625,09	575,32	138,42	686,08	23,62	111,79	6,04	7,60	55,92	



"Согласовано"
 Директор Школы МОУ СОШ № 1

2024г.

МЕНЮ
Для школьных столовых
 (7-11 лет)



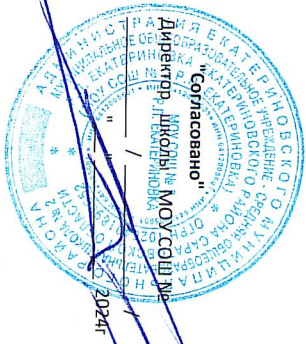
"Утверждаю"
 Брио Руководитель ООО "Общепит-Н"
 / Е.С. Сидельникова /
 "01" октября 2024г.

День 5

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
294/33	1.	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом сметанным.	90/30	40,70	6,45	8,55	6,80	129,60	53,25	11,78	54,34	19,60	0,08	0,10	1,95	0,61
309	2.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12,02	5,52	4,50	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,10	0	0,05	0,78	0
379	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,84	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
	4.	Кофейный напиток с молоком	200	17,45	3,60	2,70	28,30	151,80	100,30	11,70	75,00	0,10	0	4,70	0,10	1,10
		Всего	510	74,01	18,73	16,15	80,87	543,37	167,61	57,80	201,31	21,24	0,08	4,89	2,92	1,81

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	60	5,58	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,03	5,10	5,40	23,90	163,80	45,80	35,50	0,00	4,60	0	0	0	11,20
259	3.	Жаркое по-домашнему.	240	156,47	23,44	10,70	28,80	305,82	31,14	65,70	336,96	3,98	24,00	0,28	0	8,92
	4.	Напиток "Витюшка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0	6,00
	5.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		Всего	760	188,36	33,59	19,53	92,11	677,53	113,38	127,90	411,96	17,14	24	0	0	45,62
		ИТОГО:		262,37	52,32	35,68	172,98	1220,90	280,99	185,70	613,27	38,38	24,08	5,33	2,92	47,43



«Утверждаю»
 Бриг руководитель ООО «Общепит-Н»
 / Е. С. Сидельникова /
 «01» октября 2024г.

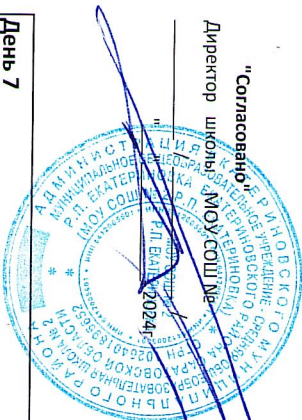
МЕНЮ
Для школьных столовых
(7-11 лет)

День 6

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
210	1.	Омлет натуральный	200	79,42	13,70	27,60	14,50	362,10	113,90	19,50	259,80	3,00	339,80	0,20	0,00	0,30
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,84	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
	3.	Пряники	60	14,40	2,88	1,68	46,62	201,48	5,40	0	0	0,36	0	0,05	0,83	0
	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0,00	0,00	2,00	0	0	0	0
	5.	Раженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0,03	0,10	0,30
Всего			600	115,00	19,84	29,68	95,44	717,10	133,50	32,70	294,60	5,80	339,80	0,29	0,92	0,40

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
52	1.	Салат из свежлы отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
	2.	Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишель)	200	8,02	2,15	2,27	13,96	94,60	23,36	21,82	54,06	0,90	0	0,09	0,95	6,60
229	3.	Рыба (морская), тушеная в томате с овощами	120	28,44	10,92	5,76	5,76	118,8	42,59	40,97	155,53	0,79	1,82	6,24	0,96	2,88
304	4.	Рис отварной	150	17,31	3,80	6,10	41,40	235,70	140,80	115,20	392,10	3,60	0,10	42,80	4,50	0,00
349	5.	Компот из смеси сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73
	6.	Фрукт свежий, сезонный	110	28,62	0,86	0,88	21,6	103,4	35,2	19,8	24,2	4,8	0	0,03	0,67	22
	7.	Хлеб ржаной	32	2,63	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0,00
	8.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0,00
	Всего			792	100,70	23,38	19,33	150,64	886,81	309,33	245,15	731,83	12,85	1,92	49,24	7,44
Итого:			215,70	43,22	49,01	246,08	1603,91	442,83	277,85	1026,43	18,65	341,72	49,53	8,36	38,31	



"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1

2024г.

МЕНЮ

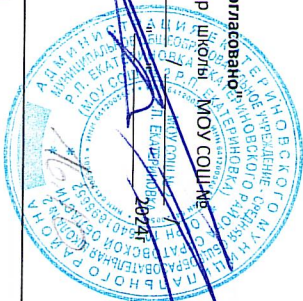
Для школьных столовых

(7-11 лет)

"Утверждено"
 Бриг руководителем ООО "Общепит-Н"
 /Е.С. Сидельникова/
 "01" октября 2024г.

День 7

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Завтрак				Минеральные вещества (мг)							Витамины (мг)				
					Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С	В1	В1	РР	С
219	1.	Сырники из творога с молоком стученым	130/20	90,79	23,14	19,22	36,73	413,57	301,50	39,30	336,17	0,81	79,07	0,04	0,31	0,71				
376	2.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0,10				
	3.	Фрукт свежий, сезонный	160	48,00	1,28	0	21,33	84,80	59,20	19,20	0	1,28	0	0,32	0	0,53				
386	4.	Снежок	100	15,45	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35				
		Всего	610	156,13	24,52	19,22	73,06	558,37	365,70	58,50	336,17	4,09	79,07	0,36	0,31	1,34				
ОБЕД																				
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)							Витамины (мг)				
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	60	5,58	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50				
101	2.	Суп картофельный с рисовой крупкой	200	7,88	2,00	2,70	20,90	116,30	23,10	25,00	62,60	0,90	0	0,10	0,00	8,25				
260	3.	Гуляш из говядины	90/30	143,85	18,51	7,71	4,54	160,80	18,94	20,14	150,68	1,71	0	0,26	0	0,94				
171	4.	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,23	6,30	9,90	46,70	300,9	136,7	1,40	22,20	1,20	1,20	0,10	0	0				
348	5.	Компот из кураги	200	11,22	1,00	0	34,00	140,20	32,50	0,00	0	0,70	0	0,10	0	0,80				
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0				
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0				
		Всего	790	189,04	32,66	23,74	141,65	910,11	247,44	73,04	309,98	6,07	1,20	0,62	0,00	29,49				
		Итого:		345,17	57,18	42,96	214,71	1468,48	613,14	131,54	646,15	10,16	80,27	0,98	0,31	30,83				



Согласовано
 Директор Школы МОУ СОШ № 2024г

«Утверждаю»
 Бриг Раководителя ООО «Общели-Н»
 / Е.С. Сидельникова /
 «01» октября 2024г

МЕНЮ
для школьных столовых
(7-11 лет)

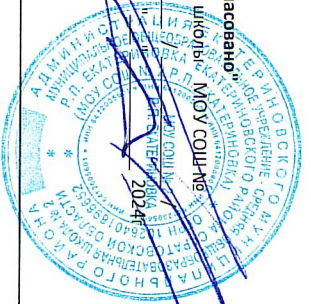
День 8

ЗАВТРАК

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
173	1.	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/10	30,06	5,74	10,96	31,72	248,57	120,89	45,35	164,70	1,03	0,04	0,13	0,00	0,52
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	70	6,72	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0,00	0,04	0,09	0,10
15	3.	Сыр (порциями)	15	14,96	3,48	4,43	0	53,75	132,00	5,25	75,00	0,15	39,00	0	0	0
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0,00	0
386	5.	Снежок	100	15,45	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35
		Всего	595	69,08	12,48	15,79	66,04	455,84	267,09	63,80	274,50	3,62	39,04	0,17	0,09	0,62

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
52	1.	Салат из свежлы отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,12	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,60	9,50
268	3.	Биточки из говядины	90	50,34	12,10	15,90	18,20	263,50	39,40	28,90	149,70	0,90	25,90	0,10	0	0,10
143	4.	Рагу из овощей	155	20,54	2,10	12,10	15,50	178,60	23,90	27,80	61,80	0,98	31,00	0,07	0	8,67
1041	5.	Напиток апельсиновый	200	8,14	0,10	0	27,10	108,60	23,52	0,00	0,00	0,24	0	0,03	0,00	12,90
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		Всего	765	100,2	20,95	37,13	108,21	849,01	196,92	101,30	328,20	5,21	57,90	5,76	0,70	36,87
		Итого:		169,28	33,43	52,92	174,25	1304,85	464,01	165,10	602,70	8,82	96,94	5,93	0,79	37,49



"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 2024г

МЕНЮ
 для школьных столовых
 (7-11 лет)

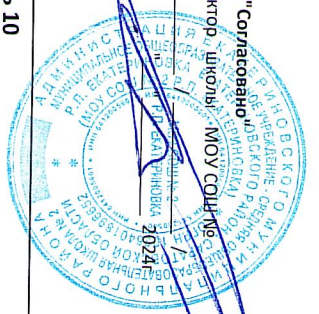
Врио руководителя ООО "Общепит-Н"
 / Е.С. Сидельникова /
 "01" октября 2024г

День 9

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
181	1.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/10	29,22	4,65	10,05	31,10	233,0	192,20	23,50	156,10	0,30	36,70	0,10	0	1,10
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,84	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
376	3.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0,00	0,00	2,00	0	0	0	0
386	4.	Ряженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0,03	0,10	0,30
		Всего	550	50,40	10,91	11,45	69,62	426,52	330,40	50,70	282,90	2,84	36,70	0,17	0,19	1,50

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	60	5,58	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,03	5,10	5,40	23,90	163,80	45,80	35,50	0,00	4,60	0	0	0	11,20
234	3.	Котлеты рыбные с маслом сливочным	90/5	35,09	12,70	16,20	10,10	236,60	126,10	0	0	0,90	0	0,20	0	6,10
142/330	4.	Картофель и овощи, тушенные в соусе	125/25	19,59	3,00	7,90	29,80	202,80	29,80	0,00	0,00	1,60	0	0,40	0	35,90
349	5.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0	0
		Всего	765	79,59	23,88	32,72	116,83	857,77	263,48	69,56	71,84	9,03	0,00	0,65	0,26	73,43
		Итого:		129,99	34,79	44,17	186,45	1284,29	593,88	120,26	354,74	11,87	36,70	0,82	0,45	74,93



"Согласовано"
 Директор Школы МОУ СОШ № 2024

МЕНЮ

Для школьных столовых

(7-11 лет)

"Утверждаю"
 Бриг руководитель ООО "Общепит-Н"
 Е.С. Сидельникова /
 "01" октября 2024г.

День 10

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
279	1.	Тефтели из говядины с соусом	90/30	49,83	6,75	11,05	10,03	165,85	32,53	16,00	79,58	0,70	28,73	0,04	0	0,70
171	2.	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,23	6,30	9,90	46,70	300,90	136,70	1,40	22,20	1,20	1,20	0,10	0	0
	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,84	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0,10
386	5.	Снежок	100	15,45	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35
		Всего	610	86,24	16,31	21,35	91,05	620,27	183,43	30,60	136,58	4,34	29,93	0,18	0,09	0,90

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Са	Мг	Р	Fe	А	В1	РР	С
52	1.	Салат из свеклы отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
96	2.	Рассолник ленинградский	200	11,18	2,10	5,10	20,50	136,30	89,30	13,50	33,40	1,00	1,10	3,80	0,30	2,10
291	3.	Плов из курицы	240	56,75	28,80	36,70	46,60	632,20	62,30	65,50	275,30	3,10	66,30	0,00	0,00	1,40
1041	4.	Напиток апельсиновый	200	8,14	0,10	0	27,10	108,60	23,52	0	0	0,24	0,00	0,03	0	12,90
	5.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0,00	0,03	0	0
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0	0
		Всего	870	87,13	36,05	46,03	130,11	1078,61	210,02	108,90	391,20	6,4	67,40	3,89	0,40	22,1
		ИТОГО:		173,37	52,36	67,38	221,16	1698,88	393,45	139,50	527,78	10,74	97,33	4,07	0,49	23,00

Завтрак 856,60
 Средняя стоимость 1 дня 85,66
 Обед 1250,00
 Средняя стоимость 1 дня 125,00