

МКОУ "СОШ с. Пермское"

Утверждаю:

Н.Н.Дземина 01.02.2023г

[illegible]

Утверждаю: **Директор**

Калорий

Цена **ность**

День 3

Утверждаю: Директор МКОУ "СОШс. Пермское"

Н.Н.Дземина 02.02.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 класс	гор.блюдо	Т/К № 27	каша пшенная рассыпчатая	150-200	9.32	235	6.60	5.00	40.00
	гор.блюдо	Т/К№124	фрикадельки из курицы	80-100	36.9	274	11.40	18.40	15.60
	Закуска	Т/К № 106	Овощи натуральные свежие(огурец)	60-100	13.8	14	0.80	0.10	2.50
	хлеб	Т/К №108	Хлеб пшеничный	30	0.35	107.2	3.07	1.07	20.90
	гор.напиток	Т/К №271	Чай с сахаром	200	2.78	35	0.10	0.03	9.90
	Молоко	Т/К № 515	Молоко 3,2%	200	21.85	116	6.00	6.40	9.40
Завтрак 5-11 классы	гор.блюдо	Т/К № 27	каша пшенная рассыпчатая	200-230	10.7	301	8.40	6.40	51.00
	гор.блюдо	Т/К№124	фрикадельки из курицы	100-120	44.28	406	17.00	27.40	22.90
	Закуска	Т/К № 106	Овощи натуральные свежие(огурец)	100-150	23	14	0.80	0.10	2.50
	хлеб	Т/К №108	Хлеб пшеничный	50	2.25	107.2	3.07	1.07	20.90
	гор.напиток	Т/К №271	Чай с сахаром	200	2.78	35	0.10	0.03	9.90
		Т/К № 590	йогурт	100	23.9	19.2	154.4	5.6	5

Школа

МКОУ "СОШ с. Пермское"

Отд./корп
день 4-й

Утверждаю

Директор МКОУ "СОШ с. Пермское"

Н.Н. Дзеемина 03.02.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4класс	гор.блюдо	т/к186	каша рисовая рассыпчатая	200	20.44	237	6.60	9.20	31.90
	гор.блюдо	пр.произ	котлета рыбная с соусом	80	33.76	214	14.20	11.40	13.00
	закуска		огуре свежий	60	4.68	14	0.80	0.40	2.50
	хлеб	тк№108	хлеб пшеничный	30	0.35	107.20	3.07	1.07	20.90
			печенье	15	18.00	61.00	1.10	1.50	11.20
	напиток	т/к518	компот из сухофруктов	200	19.80	110.00	1.00	0.05	27.50
	молоко	т/к515	молоко 3.2%	200	21.85	116.00	6.00	6.40	9.40
Завтрак	гор.блюдо	т/к186	каша рисовая рассыпчатая	230	23.08	268	10.10	6.30	41.70
	гор.блюдо	пр.произ	котлета рыбная с соусом	100	42.20	214	14.20	11.40	13.00
	закуска		огуре свежий	60	4.68	14	0.80	0.40	2.50
	хлеб	тк№108	хлеб пшеничный	30	0.35	107.20	3.07	1.07	20.90
			печенье	15	18.00	61.00	1.10	1.50	11.20
	напиток	т/к518	компот из сухофруктов	200	19.80	110.00	1.00	0.05	27.50

Школа

МКОУ "СОШ с. Пермское"

Отд./корп

День

Утверждаю: Директор МКОУ "СОШ с. Пермское"

5-ый

Н.Н.Дземина 06.02.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4класс	гор.блюдо	Т/К№186	каша манная молочная	200	21.77	237	6.60	9.20	31.90
	гор.блюдо								
	закуска								
	хлеб	Т/К №1	бутерброд с сыром	40	24.13	146.00	2.40	8.60	14.60
		Т/К №27	Чай с сахаром	200	2.78	35.00	0.10	0.03	9.90
	напиток	Т/К№590	печенье	15	1.80	61.00	1.10	1.50	11.20
	молоко	Т/К № 51	Молоко 3,2%	200	21.85	116.00	6.00	6.40	9.40
Завтрак	гор.блюдо	Т/К№186	каша рисовая молочная	200	21.77	237	6.60	9.20	31.90
	гор.блюдо	Т/К №27	Чай с сахаром	200	2.78	35	0.10	0.03	9.90
	закуска	Т/К№590	печенье	15	18.00	61	1.10	1.50	11.20
	хлеб	Т/К №1	бутерброд с сыром	40	24.13	146.00	2.40	8.60	14.60
				200	20.26	35.00	0.50	0.10	0.10
	напиток								

Школа

МКОУ "СОШ с. Пермское"

Отд./корп

День

Утверждаю: Директор МКОУ "СОШ с. Пермское"

6-ый

Н.Дземина

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4класс	гор.блюдо	Т/К№186	гречка отварная	200	20.44	268	10.10	6.30	41.70
	гор.блюдо	Т/К№104	фрикадельки из говядины	75	33.76	204.8	14.50	1.30	33.80
	закуска	Т/К № 10	Овощи натуральные свежие(огурец)	60	13.8	14	0.80	0.10	2.50
	хлеб	Т/К №10	хлеб пшен	50	0.35	146	2.40	8.60	14.60
		Т/К №51	компот из сухофруктов	200	19.8	110	1.00	0.05	27.50
	напиток								
	молоко	Т/К № 51	Молоко 3,2%	200	21.85	116	6.00	6.40	9.40
Завтрак	гор.блюдо	Т/К№186	гречка отварная	230	24.22	372	14.00	8.70	57.90
	гор.блюдо	Т/К№104	фрикадельки из говядины	100	42.2	214	14.20	11.40	13.00
	закуска	Т/К № 10	Овощи натуральные свежие(огурец)	100	7.8	14	0.80	0.10	2.50
	хлеб	Т/К №10	хлеб пшен	50	0.35	146	2.40	8.60	14.60
		Т/К №51	компот из сухофруктов	200	19.8	110	1.00	0.05	27.50
	напиток								

Энергетическая ценность	Белки	Жиры
20.44	237	6.60
33.76	214	14.20

День 7

Утверждаю: Директор "МКОУ СОШ с. Пермское"

Н.Н.Дземина

[illegible]

МЕНЮ

МКОУ «СОШ с. Пермское»

День 8

Утверждаю: Директор МКОУ «СОШ с.Пермское»

Н.В. Дземина 09.02.20023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 класс	гор.блюдо	T/K №169	каша пшенная рассыпчатая	250	6.14	263	8.40	4.70	49.30
	гор.блюдо	T/K №175	тефтели из говядины п/м с соусом	80	33.76	214	14.20	11.40	13.00
	Закуска	T/K №41	огурец консерв	60	3.37	50	2.00	5.80	11.00
	хлеб	T/K №108	хлеб пшен	50	0.35	146	2.40	8.60	14.60
	гор.напиток	T/K №518	компот из сухофруктов	200	19.8	110	1.00	0.05	27.50
	Молоко	T/K № 515	Молоко 3,2%	200	21.85	116	6.00	6.40	9.40
Завтрак 5-11 классы	гор.блюдо	T/K №169	каша пшенная рассыпчатая	250	8.53	365	11.60	6.50	68.50
	гор.блюдо	T/K №175	тефтели из говядины п/м	100	42.2	214	14.20	11.40	13.00
	Закуска	T/K №41	огурец консервиров.	100	5.17	50	2.00	5.80	11.00
	хлеб	T/K №108	хлеб пшен	50	0.35	146	2.40	8.60	14.60
	гор.напиток	T/K №518	компот из сухофруктов	200	19.8	110	1.00	0.05	27.50
		T/K №590	печенье	15	18	61	1.1	1.5	11.2

АЮ: Директор МКОУ "СОШ № 1" *С. Д. Давыдов*

И	Налорийность	Белки
34	112,3	12,80

День9 УТВЕРДАЮ: директор МКОУ "СОШ с. Пермское" Н.Н.Дзеемина 10.02.2023

[illegible]

МКОУ "СОШ с. Пермское"

Утверждаю: Директор МКОУ "СОШ с.Пермское"

Н.Н.Дземина 14.02.2023

[illegible]

МКОУ "СОШ с. Пермское"

Утверждаю: Директор МКОУ "СОШ с.Пермское"

Н.Н.Дземина 15.02.2023

[illegible]

МКОУ «СОШ с. Пермское»

День 3

Утверждаю: Директор МКОУ "СОШ с.Пермское"

Н.Н.Дземина 16.02.2023

[illegible]

Школа

МКОУ "СОШ с. Пермское"

Отд./корп
День 4-ый

УТВЕРЖДАЮ: Директор МКОУ "СОШ с.Пермское"

Н.Н. Дземина 17.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4класс	гор.блюдо	т/к186	каша рисовая рассыпчатая	200	20.44	237	6.60	9.20	31.90
	гор.блюдо	пр.произ	котлета рыбная с соусом	80	33.76	214	14.20	11.40	13.00
	закуска		огуре свежий	60	4.68	14	0.80	0.40	2.50
	хлеб	тк№108	хлеб пшеничный	30	0.35	107.20	3.07	1.07	20.90
			печннье	15	18.00	61.00	1.10	1.50	11.20
	напиток	т/к518	компот из сухофруктов	200	19.80	110.00	1.00	0.05	27.50
	молоко	т/к515	молоко 3.2%	200	21.85	116.00	6.00	6.40	9.40
Завтрак	гор.блюдо	т/к186	каша рисовая рассыпчатая	230	23.08	268	10.10	6.30	41.70
	гор.блюдо	пр.произ	котлета рыбная с соусом	100	42.20	214	14.20	11.40	13.00
	закуска		огуре свежий	60	4.68	14	0.80	0.40	2.50
	хлеб	тк№108	хлеб пшеничный	30	0.35	107.20	3.07	1.07	20.90
			печннье	15	18.00	61.00	1.10	1.50	11.20
	напиток	т/к518	компот из сухофруктов	200	19.80	110.00	1.00	0.05	27.50