

«Утверждаю»

Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»



А. А. Нейжмак

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ №1

*В.В.*



Меню  
На « 5 » 12 2023г

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	ЦЕНА
		Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак 1 - 4 классы</b>							
Котлета Московская	80	10,57	12,16	11,84	320,2	220,37	45,91
Каша пшеничная вязкая	150	3,34	4,42	20,6	135,57	824	5,09
Салат из маринованных огурцов с луком	30	0,06	1,51	1,34	18,25	866	5,79
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Кофейный напиток	200	3	4	27	156	300,19	3,5
	555	21,47	23,49	85,18	776,62		64,3

<b>Завтрак 5 - 11 классы</b>							
Котлета Московская	90	11,57	27	11,99	337,83	220,37	51,55
Каша пшеничная вязкая	150	3,34	4,42	20,6	135,57	824	5,09
Салат из маринованных огурцов с луком	30	0,06	1,51	1,34	18,25	866	5,79
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	11,4	78,45	600,06	1,93
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Кофейный напиток	200	3	4	27	156	300,19	3,5
	520	21,7	38,03	81,53	768,1		69,3

<b>Обед</b>							
Суп картофельный с крупой перловой	250	2,75	3,22	20,51	122,46	100,18	9,94
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	220,07	12,50
Сыр (порциями)	10	2,79	1,47		25	97,11	6,4
Рагу из овощей	150	2,4	7,82	15,96	144,96	856	14,95
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	20,08	178,73	300,22	8,12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Кондитерское изделие	35	1,8	4,6	19,6	126	п/п	14,08
	745	19,58	23,32	100,83	806,55		70,00

<b>Обед ОБЗ 1 - 4 классы</b>							
Суп картофельный с крупой перловой	250	2,75	3,22	20,51	122,46	100,18	9,94
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	220,07	12,50
Сыр (порциями)	10	2,79	1,47		25	97,11	6,4
Рагу из овощей	180	2,88	9,38	19,15	173,95	856,01	18,22
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	20,08	178,73	300,22	8,12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Сок фруктовый 0,2	200			11,5	46	п/п	20,00
	940	18,26	20,28	95,92	755,54		79,19

<b>Обед ОБЗ 5 - 11 классы</b>							
Суп картофельный с крупой перловой	250	2,75	3,22	20,51	122,46	100,18	9,94
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	220,07	12,50
Сыр (порциями)	10	2,79	1,47		25	97,11	6,4
Рагу из овощей	150	2,4	7,82	15,96	144,96	856	14,95
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	20,08	178,73	300,22	8,12
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Кондитерское изделие	40	4,8	5,4	65,8	281	п/п	18,27
	750	22,58	24,12	147,03	961,55		74,19

Старший повар  
Медсестра

*С.А. Савельева*