

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

18 Марта 2024 г.

Пищевая ценность				Номер рецепт.	Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак б/п (7-11 лет)

10.5	8.5	53.4	333	189	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	250/5
1.8	1.42	22.5	110		Кондитерские изделия (пряники)	30
0.2	0	15	60	430	Чай с сахаром	200
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40

15 11 110 608

II Завтрак б/п (7-11 лет)

5.8	5	9.6	108		Молоко	200
-----	---	-----	-----	--	--------	-----

6 5 10 108

Обед б/п (7-11 лет)

1.2	4.7	6.1	72	56	Икра свекольная	60
2.1	5.4	5.9	82	87	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5
13.6	18	3	234	290	Птица, тушенная в соусе	50/50
3.6	4.5	37.7	206	305	Рис припущенный	150
0.2	0.2	27.9	115	394	Компот из свежих плодов	200
1.5	0.6	10.3	52		Батон обогащенный	20
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25

24 34 102 812

Завтрак б/п (12-18 лет)

10.5	8.5	53.4	333	189	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	250/5
1.8	1.42	22.5	110		Кондитерские изделия (пряники)	30
0.2	0	15	60	430	Чай с сахаром	200
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40

15 11 110 608

Обед б/п (12-18 лет)

1.9	7.9	9.9	118	56	Икра свекольная	100
2.5	6.4	6.7	96	87	Щи из свежей капусты со сметаной	250/5
13.6	18	3	234	290	Птица, тушенная в соусе	50/50
4.3	4.6	45.2	240	305	Рис припущенный	180
0.2	0.2	27.9	115	394	Компот из свежих плодов	200
1.5	0.6	10.3	52		Батон обогащенный	20
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25

26 38 114 906

Итого: стоимость питания						137-00
--------------------------	--	--	--	--	--	--------

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

19 Марта 2024 г.

Пищевая ценность				Номер рецепт.	Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал			
Завтрак б/п (7-11 лет)						
28.5	20.4	36.8	453	223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180
0.6	0.6	14.85	67	338	Фрукты свежие (яблоко)	150
0.3	0	14.7	61	431	Чай с лимоном и сахаром	200/7
1.5	0.6	10.3	52		Батон обогащенный	20
31	22	77	633			
II Завтрак б/п (7-11 лет)						
5.8	5	9.6	108		Молоко	200
6	5	10	108			
Обед б/п (7-11 лет)						
0.7	0.1	2.3	14		Помидор свежий	60
3.2	3.1	16.2	106	100	Суп куриный с вермишелью, картофелем	200/5
9	12.8	11.1	199	294	Котлеты рубленные из мяса птицы (куры)	50/40
3.2	5.1	22	147	128	Картофельное пюре	150
0.2	0.2	27.9	115	394	Компот из свежих плодов	200
1.9	0.75	12.9	66		Батон обогащенный	25
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25
20	22	103	698			
Завтрак б/п (12-18 лет)						
28.5	20.4	36.8	453	223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20
0.6	0.6	14.85	67	338	Фрукты свежие (яблоко)	150
0.3	0	14.7	61	431	Чай с лимоном и сахаром	200/7
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40
32	22	86	686			
Обед б/п (12-18 лет)						
1.17	0.2	3.83	24	0	Помидор свежий	100
6.2	3.5	17.8	130	100	Суп куриный с вермишелью, картофелем	250/5
9	11.9	10.8	191	294	Котлеты рубленные из мяса птицы (куры)	50/50
3.84	6.12	26.4	176	128	Картофельное пюре	180
0.2	0.2	27.9	115	394	Компот из свежих плодов	200
1.9	0.75	12.9	66		Батон обогащенный	25
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25
24	23	110	753			
Итого: стоимость питания						137-00

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

20 Марта 2024 г.

Пищевая ценность				Номер рецепт.	Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал			
Завтрак б/п (7-11 лет)						
11	9.4	47.9	320	331	Макаронные изделия отварные с сыром	200/15
1.8	1.42	22.5	110		Кондитерские изделия (пряники)	30
0.2	0	15	60	430	Чай с сахаром	200
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40
16	12	105	595			
II Завтрак б/п (7-11 лет)						
5.8	5	9.6	108		Молоко	200
6	5	10	108			
Обед б/п (7-11 лет)						
0.7	3	4.8	50	41	Салат Витаминный	60
2.2	5.5	9.1	95	99	Суп из овощей со сметаной	200/5
11.2	33.2	5.4	375	250	Бефстроганов	50/40
8.8	6.3	39.9	251	181	Каша гречневая рассыпчатая	150
0.5	0.1	36.1	147	401	Компот из изюма	200
2.64	0.44	17	82		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40
26	49	112	1000			
Завтрак б/п (12-18 лет)						
12.8	10.9	52.7	362	331	Макаронные изделия отварные с сыром	220/20
2.4	1.9	30	146		Кондитерские изделия (пряники)	40
0.2	0	15	60	430	Чай с сахаром	200
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40
18	14	117	673			
Обед б/п (12-18 лет)						
0.7	3	4.8	50	41	Салат Витаминный	60
2.6	6.5	11.2	115	99	Суп из овощей со сметаной	250/5
11.2	33.2	5.4	375	250	Бефстроганов	50/40
10.6	6.8	47.8	294	181	Каша гречневая рассыпчатая	180
0.5	0.1	36.1	147	401	Компот из изюма	200
2.64	0.44	17	82		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40
28	50	122	1063			
Итого: стоимость питания						137-00

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

21 Марта 2024 г.

Пищевая ценность				Номер рецепт.	Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак б/п (7-11 лет)

7.3	7.6	47.4	288	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250/5
2.93	3.73	28.8	161		Кондитерские изделия (печенье обогащенное)	40
0.2	0	15	60	430	Чай с сахаром	200
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40
13	12	111	614			

II Завтрак б/п (7-11 лет)

5.8	5	9.6	108		Молоко	200
6	5	10	108			

Обед б/п (7-11 лет)

5.1	5	14.9	124	102	Суп картофельный с горохом	200/10
0.7	5	6.5	73	41	Салат из моркови	60
9	12.8	11.1	199	294	Котлеты рубленые из мяса птицы (куры)	50/40
5.3	4.7	34.3	201	309	Макаронные изделия отварные	150
0.7	0.3	28.8	133	388	Напиток из плодов шиповника	200
1.5	0.6	10.3	52		Батон обогащенный	20
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25
24	29	117	833			

Завтрак б/п (12-18 лет)

7.3	7.6	47.4	288	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250/5
2.93	3.73	28.8	161		Кондитерские изделия (печенье обогащенное)	40
0.2	0	15	60	430	Чай с сахаром	200
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40
13	12	111	614			

Обед б/п (12-18 лет)

6.2	6	18.8	153	102	Суп картофельный с горохом	250/10
1.17	8.33	10.83	122	41	Салат из моркови	100
9	12.8	11.1	199	294	Котлеты рубленые из мяса птицы (куры)	50/40
6.5	4.8	41.8	237	309	Макаронные изделия отварные	180
0.7	0.3	28.8	133	388	Напиток из плодов шиповника	200
1.5	0.6	10.3	52		Батон обогащенный	20
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25
27	33	132	947			

Итого: стоимость питания						137-00
--------------------------	--	--	--	--	--	--------

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

22 Марта 2024 г.

Пищевая ценность				Номер рецепт.	Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал			
Завтрак б/п (7-11 лет)						
10.9	18.7	2.2	220	214	Омлет натуральный	120
3.6	4.6	0	56	15	Сыр (порциями)	15
0.4	0.4	9.9	45	338	Фрукты свежие (яблоко)	100
0.3	0	14.7	61	431	Чай с лимоном и сахаром	200/7
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40
18	24	46	487			
II Завтрак б/п (7-11 лет)						
5.8	5	9.6	108		Молоко	200
6	5	10	108			
Обед б/п (7-11 лет)						
0.5	0.1	1.5	8	53	Огурец свежий	60
2.3	5.4	10.6	103	82	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/5
7.2	7.4	10.7	142	239	Тефтели рыбные	50/50
3.2	5.1	22	147	128	Картофельное пюре	150
0.2	0.2	27.9	115	394	Компот из свежих плодов	200
1.5	0.6	10.3	52		Батон обогащенный	20
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25
17	19	94	618			
Завтрак б/п (12-18 лет)						
18	30	3.5	356	214	Омлет натуральный	200
3.6	4.6	0	56	15	Сыр (порциями)	15
0.4	0.4	9.9	45	338	Фрукты свежие (яблоко)	100
0.3	0	14.7	61	431	Чай с лимоном и сахаром	200/7
3	0.8	19.4	105		Батон обогащенный	40
25	36	47	623			
Обед б/п (12-18 лет)						
0.8	0.1	2.5	14	53	Огурец свежий	100
2.72	6.3	12.4	119	82	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/5
7.2	7.4	10.7	142	239	Тефтели рыбные	50/50
3.84	6.12	26.4	176	128	Картофельное пюре	180
0.2	0.2	27.9	115	394	Компот из свежих плодов	200
1.5	0.6	10.3	52		Батон обогащенный	20
1.7	0.25	10.62	51		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25
18	21	101	669			
Итого: стоимость питания						137-00

Зав.производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.

