

МЕНЮ

на 7 мая 2024 г.

"Согласовано"
Директор МАОУ

№ рецептуры	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции	№ рецептуры	/Пищевые вещества/				Наименование блюда	Выход порции
	/Б	/Ж	/У	/Ккал				/Б	/Ж	/У	/Ккал		
на 96-26													
<u>Ступени начального образования 7-11 лет</u>													
Комплекс/Завтрак/ 1-смена						Комплекс /Завтрак/							
304/2021	14,4	6,3	3,6	128,7	Рыбные хлебцы паровые	90	304/2021	14,4	6,3	3,6	128,7	Рыбные хлебцы паровые	90
385/2021	2,51	3,62	25,9	146,2	Рис отварной	100	385/2021	2,51	3,62	25,9	146,2	Рис отварной	100
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50	156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100	112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	23,69	12,41	80,39	529,4				23,69	12,41	80,39	529,4		
Комплекс/Обед/ 2-смена						Комплекс /Обед/							
53/2021	0,9	2,16	5,1	43,2	Икра свекольная	60	53/2021	0,9	2,16	5,1	43,2	Икра свекольная	60
116/2021	1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	200	116/2021	1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	200
433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5	433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тефтели из говяд. (паровые)	90	348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тефтели из говяд. (паровые)	90
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5
213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша гречневая вязкая	150	213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша гречневая вязкая	150
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	27,04	25,05	84,935	673,15				27,04	25,05	84,935	673,15		
на 107-93													
<u>Ступени среднего образования 12 лет и старше</u>													
Комплекс/Завтрак/ 1-смена						Комплекс /Обед/							
304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100	53/2021	0,9	2,16	5,1	43,2	Икра свекольная	60
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130	116/2021	1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	200
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50	433/2021	0,12	0,75	0,16	7,9	Сметана	5
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	348/2021	12,5	8,36	5,9	149	Тефтели из говяд. (паровые)	90
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	213/2021	6,53	5,6	23,56	170,8	Каша гречневая вязкая	150
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100	496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200
	26,04	14,19	88,59	587,5			573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
							574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
								27,04	25,05	84,935	673,15		
Комплекс/Обед/ 2-смена						Комплекс /Полдник/							
53/2021	1,5	3,6	8,5	72	Икра свекольная	100	542/2021	7	11,2	46,3	315	Булочка домашняя	100
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8		8	11,4	66,5	401		
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100	на 165-51						
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5	<u>Об3-1 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше</u>						
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	Комплекс /Завтрак/						
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50
	30,28	29,89	95,145	772,25			457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200
<i>(за счёт родительской платы)</i>						Комплекс /Обед/							
<u>Ступени среднего образования 12 лет и старше</u>						Комплекс /Завтрак/ на 105-00							
304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100	304/2021	16	7	4	143	Рыбные хлебцы паровые	100
385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130	385/2021	3,26	4,7	33,7	190	Рис отварной	130
156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50	156/2021	1,5	1,3	5	37,5	Овощи отварные	50
457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	457/2021	0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100	112/2013	0,4	0,4	9,8	47	Плоды свежие	100
	26,04	14,19	88,59	587,5				26,04	14,19	88,59	587,5		
Комплекс/Обед/ на 120-00						Комплекс /Обед/							
53/2021	1,5	3,6	8,5	72	Икра свекольная	100	53/2021	1,5	3,6	8,5	72	Икра свекольная	100
116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250	116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250
433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8	433/2021	0,19	1,2	0,26	12,6	Сметана	8
348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100	348/2021	13,4	9,3	6,6	165,7	Тефтели из говяд. (паровые)	100
79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5	79/2021	0,04	3,6	0,065	33,05	Масло сливочное (порц.)	5
213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180	213/2021	7,8	6,7	28,3	204,9	Каша гречневая вязкая	180
496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200	496/2021	0,67	0,27	18,3	78	Напиток из шиповника	200
573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30	573/2021	2,28	0,24	14,76	70,2	Хлеб пшеничный	30
574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30	574/2021	2,4	0,45	12,03	61,8	Хлеб ржаной	30
	30,28	29,89	95,145	772,25				30,28	29,89	95,145	772,25		
Комплекс /Полдник/						Об3-2 смена Ступени среднего образования 12 лет и старше							
542/2021	10,5	16,75	69,5	472,5	Булочка домашняя	150	Комплекс /Обед/						
501/2021	1	0,2	20,2	86	Соки овощные,фрукт.,ягод	200	53/2021	1,5	3,6	8,5	72	Икра свекольная	100
	11,5	16,95	89,7	558,5			116/2021	2	4,53	6,33	74	Суп из овощей	250
						433/2021 0,19 1,2 0,26 12,6 Сметана 8							
						348/2021 13,4 9,3 6,6 165,7 Тефтели из говяд. (паровые) 100							
						79/2021 0,04 3,6 0,065 33,05 Масло сливочное (порц.) 5							
						213/2021 7,8 6,7 28,3 204,9 Каша гречневая вязкая 180							
						496/2021 0,67 0,27 18,3 78 Напиток из шиповника 200							
						573/2021 2,28 0,24 14,76 70,2 Хлеб пшеничный 30							
						574/2021 2,4 0,45 12,03 61,8 Хлеб ржаной 30							

Приятного аппетита и хорошего настроения!!!

Директор

Директор

Зав.пр-вом

бухгалтер

бухгалтер