

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1

С.С. Сидельникова

2024г

11 ноября 2024г

М.П. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

С.С. Сидельникова

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

Е.С. Сидельникова

2024г

11 ноября 2024г

М.П. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

Е.С. Сидельникова

День 1

ЗАВТРАК

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
175	1.	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	250/10	34,46	6,90	12,70	49,38	340,90	152,02	42,30	178,10	0,95	62,27	0,12	0,65	1,10
	2.	Батон в/с	50	5,63	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 (порциями)	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	1,75	4,50	16,50	100,00	5,75	2,50	16,25	1,05	0	0,09	0,42	0
382	5.	Какао с молоком	200	16,62	2,94	3,42	17,58	118,60	152,20	21,34	124,56	0,48	24,40	0,06	0,2	1,59
		Всего	555	81,91	20,23	27,22	104,46	737,16	497,47	89,64	462,41	3,68	138,67	0,37	2,04	2,69

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	18,94	0,80	0,00	3,30	16,00	23,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	5,00
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/35	41,13	11,25	7,88	27,63	226,13	82,69	33,13	80,13	1,73	13,3	11,85	1,63	25,04
289	3.	Рагу из курицы	280	66,83	22,60	28,60	29,40	465,60	58,90	62,20	173,10	3,00	0,00	0,30	6,70	18,10
349	4.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0,00	0,02	0,26	0,73
	5.	Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
	7.	Фрукт свежий, сезонный	180	42,31	0,72	0	22,68	93,6	10,8	9,0	19,8	0,18	102,6	0	0	8,37
386	8.	Ряженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0,00	0,03	0,10	0,30
		Всего	1255	199,74	46,74	38,71	172,79	1229,75	357,17	168,89	491,77	8,22	103,60	12,31	8,69	57,54
		ИТОГО:		281,65	66,97	65,93	277,25	1966,91	854,64	258,52	954,17	11,90	242,27	12,68	10,73	60,22



МЕНЮ
для школьных столовых
(12 лет и старше)

№ рец.		№	Наименование блюд	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)				
										Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
71	1.		Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	18,94	0,80	0,00	3,30	16,00	23,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	5,00	
291	2.		Плов из курицы	280	83,03	33,60	42,82	54,37	737,56	72,68	76,42	321,18	3,62	77,35	0	0	1,63	
376	3.		Хлеб пшеничный	40	2,93	2,40	0,40	12,60	63,60	6,90	9,90	26,10	0,60	0	0,10	0,50	0	
	4.		Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0,00	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0	
			Всего	620	106,79	16,20	23,30	95,50	656,40	311,50	61,60	300,70	2,00	77,35	0,13	0,50	6,63	
ОБЕД																		
№ рец.		№	Наименование блюд	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)				
										Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
71	1.		Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	27,14	1,20	0,20	4,60	26,00	14,00	20,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	17,50	
82	2.		Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	13,57	1,80	4,90	15,20	112,30	85,90	10,60	21,80	0,90	1,00	1,00	5,00	0,30	12,90
234	3.		Котлеты рыбные с маслом сливочным	100/5	38,02	14,80	18,80	11,60	274,00	139,30	0,00	0,00	1,00	0,00	0,20	0,00	6,80	
312	4.		Пюре картофельное	180	26,78	3,72	6,12	22,28	159,12	204,48	19,98	131,98	0,44	0,32	0,06	0,14	1,81	
	5.		Напиток "Виташка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0,00	0,10	0,00	6,00	
	6.		Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00	
	7.		Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00	
386	8.		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	1045	143,02	32,19	33,66	121,95	922,04	590,22	98,88	351,58	12,25	21,32	5,52	0,54	45,91	
			Итого:		249,81	48,39	56,96	217,45	1578,44	901,72	160,48	652,28	14,25	98,67	5,65	1,04	52,54	

День 2

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

Муниципальное
подразделение
«Средняя общеобразовательная
школа № 9 города
Саратова Саратовской
области»

2024г.

№ 1549/13750/10

Утверждаю
Директор ООО "Общепит-Н"
Е.С. Сидельникова
"01" ноября 2024г.

**МЕНЮ
для школьных столовых
(12 лет и старше)**

День 3

№ реп.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
219	1.	Сырники из творога с молоком стученным	200/20	135,20	33,94	28,19	53,88	606,57	442,20	57,64	493,05	1,19	115,97	0,06	0,45	1,04
376	2.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0,00	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
	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
		Всего	580	185,09	35,32	28,19	90,21	751,37	506,40	76,84	493,05	4,47	115,97	0,38	0,45	1,57

ОБЕД

№ реп.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	B	PP	C
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	100	9,42	1,3	4,7	10,3	88	37,3	15,2	27,7	0,5	0	0	0	32,5
101	2.	Суп картофельный с рисовой крупой	250	9,90	2,50	3,38	26,13	145,38	28,88	31,25	78,25	1,13	0,00	0,13	0,00	10,31
260	3.	Гуляш из говядины	100/30	159,72	15,4	6,4	3,8	134,0	15,8	16,8	125,6	1,4	0	0,3	0	1,2
309	4.	Макаронные изделия отварные с маслом	180	14,42	6,62	5,40	31,74	202,14	5,83	25,34	44,60	1,32	0,00	0,06	0,94	0,00
1041	5.	Напиток апельсиновый	200	8,80	0,10	0,00	27,10	108,60	23,52	0,00	0,00	0,24	0,00	0,03	0,00	12,90
	6.	Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
385	8.	Молоко кипяченое	200	26,38	5,80	6,60	9,90	122,00	215,22	23,62	151,92	0,16	0,04	0,06	0	1,35
		Всего	1170	236,70	39,49	27,62	162,54	1055,74	351,85	145,31	531,37	6,76	0,04	0,69	0,94	58,26
		ИТОГО:		421,79	74,81	55,81	252,75	1807,11	858,25	222,15	1024,42	11,23	116,01	1,07	1,39	59,83



"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1 "Светловский район"
 "01" ноября 2024г.

"Утверждено"
 Директор ООО "Общешит-Н" / Е.С. Сидельникова /
 "01" ноября 2024г.

МЕНЮ
 ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
 (12 лет и старше)

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)		
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
181	1.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	250/10	33,02	7,63	14,13	41,88	325,00	240,25	29,38	195,13	0,38	45,88	0,13	0,00	1,38	
209	2.	Яйцо 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	
14	3.	Масло сливочное	10	14,00	0,1	8,2	0,1	75,0	2,4	0	3,0	0	40,0	0	0	0	
4.		Хлеб пшеничный 1с.	80	5,87	6,32	0,80	38,64	187,04	18,40	26,40	69,60	0,88	0,00	0,08	0,18	0,20	
379	5.	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	590	85,34	22,73	30,43	109,20	801,84	383,35	72,28	419,53	2,36	185,88	4,94	0,36	2,68	
ОБЕД																	
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)		
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	18,94	0,80	0,00	3,30	16,00	23,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	5,00	
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	250	12,77	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,60	9,50	
229	3.	Рыба (морская), тушеная в томате с овощами	130	31,35	11,83	6,24	6,24	128,70	46,14	44,38	168,49	0,86	1,98	6,76	1,04	3,12	
312	4.	Пюре картофельное	180	26,78	3,72	6,12	22,28	159,12	204,48	19,98	131,98	0,44	0,32	0,06	0,14	1,81	
5.		Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0,00	0,10	0,00	6,00	
6.		Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00	
7.		Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00	
386	8.	Ряженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0,00	0,03	0,10	0,30	
		Всего	1070	127,35	28,92	19,40	104,99	712,24	498,36	126,36	530,47	11,94	3,30	12,56	1,88	25,73	
		Итого:		212,69	51,65	49,83	214,19	1514,08	881,71	198,64	950,00	14,29	189,18	17,50	2,24	28,41	

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

Муниципальное
образовательное
учреждение - средняя
общеобразовательная
школа № 9 города
Муром Саратовской
области

2024г. 01 ноября

Утверждено
Директор ООО "Общепит-Н"
Е.С. Сидельникова
"01" ноября 2024г.

МЕНЮ

**Для школьных столовых
(12 лет и старше)**

День 5

№ реп.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
294/330	1.	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом сметанным	100/30	44,36	6,99	9,26	7,37	140,40	57,69	12,76	58,87	21,23	0,09	0,11	2,11	0,66
309	2.	Макаронные изделия отварные с маслом	180	14,42	6,62	5,40	31,74	202,14	5,83	25,34	44,60	1,32	0	0,06	0,94	0,00
376	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	2,93	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0,00	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		Всего	550	63,60	16,87	15,06	73,43	496,06	77,72	51,30	138,27	24,99	0,09	0,21	3,14	0,76
ОБЕД																
№ реп.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	100	9,42	1,3	4,7	10,3	88	37,3	15,2	27,7	0,5	0	0	0	32,5
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	8,90	6,38	6,75	29,88	204,75	57,25	44,38	0,00	5,75	0,00	0,00	0,00	14,00
259	3.	Жаркое по-домашнему	280	175,30	27,35	12,48	33,60	356,79	36,33	76,65	393,12	4,64	28,00	0,32	0	10,40
349	4.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0,00	0,02	0,26	0,73
	5.	Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
	7.	Фрукт свежий, сезонный	180	42,31	0,72	0	22,68	93,6	10,8	9,0	19,8	0,18	102,6	0	0	8,37
386	8.	Ряженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0,00	0,03	0,10	0,30
		Всего	1220	266,46	47,12	26,16	186,24	1171,56	323,46	209,79	659,36	13,88	130,60	0,48	0,36	66,30
		ИТОГО:		330,06	63,99	41,22	259,67	1667,62	401,18	261,09	797,63	38,87	130,69	0,69	3,50	67,06

"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1
 [Подпись] 2024г
 [Печать]

"Утверждаю"
 Директор ООО "Общепит-Н"
 [Подпись] / Е.С. Сидельникова /
 1011 ноября 2024г
 [Печать]

МЕНЮ
 для школьных столовых
 (12 лет и старше)

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
175	1.	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	250/10	34,46	6,90	12,70	49,38	340,90	152,02	42,30	178,10	0,95	62,27	0,12	0,65	1,10
14	2.	Хлеб пшеничный 1с.	80	5,87	6,32	0,80	38,64	187,0	18,4	26,4	69,6	0,88	0,00	0,08	0,20	0,20
376	3.	Масло сливочное	10	14,00	0,1	8,2	0,1	75,0	2,4	0	3,0	0	40,0	0	0	0
	4.	Чай с сахаром с лимоном	200/7	4,45	0,20	0	16,00	65,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		Всего	557	58,78	13,52	21,70	104,12	667,9	177,8	68,7	250,7	3,83	102,27	0,20	0,85	1,30
ОБЕД																
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	27,14	1,20	0,20	4,60	26,00	14,00	20,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/35	41,13	11,25	7,88	27,63	226,13	82,69	33,13	80,13	1,73	1,00	11,85	1,63	25,04
268	3.	Биточки из говядины	100	55,66	14,80	19,40	22,20	322,00	43,70	32,10	166,40	1,00	28,70	0,10	0,00	0,10
143	4.	Рагу из овощей	180	29,50	2,52	14,52	18,60	214,32	28,68	33,36	74,16	1,18	37,20	0,08	0,00	10,40
	5.	Сок фруктовый в ассортименте	200	20,00	1,00	0,00	20,20	92,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0	0,40	0,40	4,00
	6.	Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
385	8.	Молоко кипяченое	200	26,38	5,80	6,60	9,90	122,00	215,22	23,62	151,92	0,16	0,04	0,06	0	1,35
		Всего	1175	207,87	44,34	49,74	156,70	1258,07	423,59	183,31	589,91	9,67	66,94	12,60	2,03	58,39
		ИТОГО:		266,65	57,86	71,44	260,82	1925,97	601,41	252,00	840,60	13,50	169,21	12,80	2,88	59,69

День 6

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1

С.В. Сидельникова

"01" ноября 2024г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 9 города Саратова Саратовской области"

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

Е.С. Сидельникова

"01" ноября 2024г.

ООО "Общепит-Н" г. Актюбск

МЕНЮ
ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
(12 лет и старше)

День 7

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
210	1.	Омлет натуральный	250	97,93	17,13	34,50	18,13	452,63	142,38	24,38	324,75	3,75	424,75	0,25	0,00	0,38
376	2.	Хлеб пшеничный 1с.	40	2,93	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0,00	0,04	0,09	0,10
	3.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0,00	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
	4.	Фрукт свежий, сезонный	180	42,31	0,72	0	22,68	93,6	10,8	9,0	19,8	0,18	102,6	0	0	8,37
		Всего	670	145,06	21,11	34,90	75,13	699,75	167,38	46,58	379,35	6,37	527,35	0,29	0,09	8,85
ЗАВТРАК																
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
52	1.	Салат из свеклы отварной	100	9,76	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
96	2.	Рассольник ленинградский	250	14,09	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	280	83,03	33,60	42,82	54,37	737,56	72,68	76,42	321,18	3,62	77,35	0	0	1,63
	4.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0,00	0,10	0,00	6,00
	5.	Хлеб ржаной	40	2,93	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0,00	0,03	0,00	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	70	5,13	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0,00	0,00
386	8.	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	1040	144,39	44,35	57,05	129,88	1211,97	332,22	143,32	547,98	14,28	98,45	4,04	0,60	20,58
		Итого:		289,45	65,46	91,95	205,01	1911,72	499,60	189,90	927,33	20,65	625,80	4,33	0,69	29,43

"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1
 [Подпись]
 "01" ноября 2024г.
 [Подпись]

"Утверждаю"
 Директор ООО "Общепит-Н"
 / Е.С. Сидельникова /
 "01" ноября 2024г.
 [Подпись]

МЕНЮ
 ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
 (12 лет и старше)

День 9

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
279/331	1.	Тефтели из говядины с соусом	100/30	55,11	11,67	19,11	17,33	287,00	56,22	27,67	137,56	1,22	49,67	0,04	0,00	1,22
312	2.	Пюре картофельное	180	26,78	3,72	6,12	22,28	159,12	204,48	19,98	131,98	0,44	0,32	0,06	0,14	1,81
376	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	2,93	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0,00	0,04	0,09	0,10
	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	550	86,71	18,65	25,63	73,93	599,64	274,90	60,85	304,34	4,10	49,99	0,14	0,23	3,13
ОБЕД																
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	18,94	0,80	0,00	3,30	16,00	23,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	5,00
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	250	12,77	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,60	9,50
282	3.	Оладьи из говяжьей печени	100/5	73,91	16,80	23,10	6,10	299,70	19,50	22,00	346,90	7,40	9,70	2,70	9,50	34,60
309	4.	Макаронные изделия отварные с маслом	180	14,42	6,62	5,40	31,74	202,14	5,83	25,34	44,60	1,32	0,00	0,06	0,94	0,00
	5.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0,00	0,10	0,00	6,00
	6.	Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
	8.	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	9.	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	1205	205,55	37,77	37,04	142,24	1050,06	329,27	129,54	623,50	20,64	30,70	8,84	11,14	56,98
		Итого:		292,26	56,42	62,67	216,17	1649,70	604,17	190,39	927,84	24,74	80,69	8,97	11,37	60,11



МЕНЮ
для школьных столовых
(12 лет и старше)

День 10																
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
181	1.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	250/10	33,02	7,63	14,13	41,88	325,00	240,25	29,38	195,13	0,38	45,88	0,13	0,00	1,38
15	2.	Хлеб пшеничный 1с.	80	5,87	6,32	0,80	38,64	187,0	18,4	26,4	69,6	0,88	0,00	0,08	0,20	0,20
376	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
	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0,00	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		Всего	555	55,74	17,53	19,36	95,52	625,75	395,65	61,03	339,73	3,41	84,88	0,21	0,20	1,58
ОБЕД																
№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
52	1.	Салат из свеклы отварной	100	9,76	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
108	2.	Суп картофельный с клецками	250	13,23	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	100	55,66	14,80	19,40	22,20	322,00	43,70	32,10	166,40	1,00	28,70	0,10	0,00	0,10
321	4.	Капуста тушеная	180	21,63	3,60	6,48	19,08	149,40	83,88	27,63	56,07	1,08	0,36	17,28	1,17	72,63
1041	5.	Напиток апельсиновый	200	8,80	0,10	0,00	27,10	108,60	23,52	0,00	0,00	0,24	0,00	0,03	0,00	12,90
	6.	Хлеб ржаной	40	2,93	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	5,13	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
		Всего	940	117,14	33,17	39,32	161,95	1133,12	297,60	121,13	381,47	6,43	30,26	19,92	1,57	97,03
		ИТОГО:		172,88	50,70	58,68	257,47	1758,87	693,25	182,16	721,20	9,84	115,14	20,13	1,77	98,61

Завтрак 955,38
Средняя стоим. 1 дня 95,54
Обед 1779,59
Средняя стоим. 1 дня 177,96