



"Согласовано"

Директор школы АМУУ СОШ № 1

Сидельникова Е.С.
"01" ноября 2024г.



"утверждаю"

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

МЕНЮ
ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
(7-11 лет)

День 1

ЗАВТРАК

№ реч.	№	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	200/5	23,37	4,25	9,20	38,15	253,18	124,66	34,68	146,04	0,78	51,06	0,10	0,54	0,90		
15	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		
	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	500	70,82	17,58	23,72	93,23	649,44	470,11	82,02	430,35	3,51	127,46	0,35	1,93	2,49		

ОБЕД

№ реч.	№	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)	60	11,36	0,50	0	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	3,00		
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200/28	32,91	8,18	5,73	20,09	164,45	60,14	24,09	58,27	1,25	0,73	8,62	1,18	18,21		
289	3.	Рагу из курицы	240	59,05	19,30	24,50	25,20	399,10	50,50	53,30	148,40	2,60	0	0,30	5,80	15,50		
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	0,02	0,26	0,73		
	5.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0	0,0	0,00		
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0	0,0	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	0	0,10	0,30		
		Всего	1068	172,50	36,35	31,95	135,49	978,66	305,52	135,25	399,81	6,39	103,33	9,03	7,342	46,11		
		Итого:		243,32	53,93	55,67	228,72	1628,10	775,63	217,27	830,16	9,90	230,79	9,38	9,27	48,60		

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 3



2024г

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

/Е.С. Сидельникова/

101" ноября 2024г

МЕНЮ

ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ

(7-11 лет)

День 2

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	
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	11,36	0,50	0	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	0	3,00
291	2.	Плов из курицы	240	73,73	28,80	36,70	46,60	632,20	62,30	65,50	275,30	3,10	66,30	0	0	1,40	
	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	
376	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	540	89,91	32,56	37,10	82,92	795,32	90,30	78,70	310,10	5,84	66,30	0,04	0,09	0,52	4,50

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)	60	16,28	0,72	0,12	2,76	15,60	8,40	12,00	0	0,48	0	0	0	10,50
82	2.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной .	200	10,85	1,80	4,90	15,20	112,30	85,90	10,60	21,80	0,90	1,00	5,00	0,30	12,90
234	3.	Котлеты рыбные с маслом сливочным	90/5	34,92	12,70	16,20	10,10	236,60	126,10	0	0	0,90	0	0,20	0	6,10
312	4.	Пюре картофельное	150	22,31	3,10	5,10	18,57	132,60	170,40	16,65	109,98	0,37	0,27	0,05	0,12	1,51
	5.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0	6,00
	6.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
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	865	118,21	25,27	29,45	90,64	731,21	525,84	71,85	284,18	11,01	21,27	5,46	0,52	37,91
		ИТОГО:		208,12	57,83	66,55	173,56	1526,53	616,14	150,55	594,28	16,85	87,57	5,50	0,61	42,41

"Согласовано"

Директор школы, МОУ СОШ № 1

Сидельникова Е.С.

2024г.

01.11.2024г.

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

Сидельникова Е.С.

2024г.

01.11.2024г.

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

Адрес: г. Аткарск, ул. Школьная, д. 1

МЕНЮ

ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ

(7-11 лет)

День 3

ЗАВТРАК

№ п/п	№ рецепта	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 стуженным	130/20	90,96	23,14	19,22	36,73	413,57	301,50	39,30	336,17	0,81	79,07	0,04	0,31	0,71
376	2.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
3.		Фрукт свежий, сезонный	153	45,81	1,20	0	20,00	79,50	55,50	18,00	0	1,20	0	0,30	0	0,50
		Всего	503	138,66	24,44	19,22	71,73	553,07	362,00	57,30	336,17	4,01	79,07	0,34	0,31	1,21

ОБЕД

№ п/п	№ рецепта	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.	60	5,65	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50
101	2.	Суп картофельный с рисовой крупой	200	7,92	2,00	2,70	20,90	116,30	23,10	25,00	62,60	0,90	0	0,10	0,00	8,25
260	3.	Гуляш из говядины	90/30	143,92	18,51	7,71	4,54	160,80	18,94	20,14	150,68	1,71	0	0,26	0	0,94
309	4.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12,02	5,52	4,50	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,10	0	0,05	0,78	0,00
1041	5.	Напиток апельсиновый	200	8,80	0,10	0	27,10	108,60	23,52	0,00	0,00	0,24	0	0,03	0,00	12,90
	6.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
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	1,10
		Всего	990	209,09	36,78	24,94	124,40	868,06	321,84	116,38	476,87	5,67	0,04	0,56	0,78	42,69
		Итого:	1421,13	347,75	61,22	44,16	196,13	1421,13	683,84	173,68	813,04	9,69	79,11	0,90	1,09	43,90

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1
 [Подпись]
 2024г

"Утверждаю"
 Директор ООО "Общепит-Н"
 [Подпись]
 2024г

МЕНЮ
ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
(7-11 лет)

День 4

ЗАВТРАК

№ реч.	№	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	200/5	22,22	4,54	9,81	30,36	227,45	187,62	22,94	152,38	0,29	35,83	0,10	0	1,07
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
379	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
	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	535	74,54	19,64	26,11	97,68	704,29	330,72	65,84	376,78	2,27	175,83	4,91	0,36	2,37

ОБЕД

№	№	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)	60	11,36	0,50	0	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	3,00
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,21	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), тушенная в томате с овощами	120	28,50	10,92	5,76	5,76	118,8	42,59	40,97	155,53	0,79	1,82	6,24	0,96	2,88
312	4.	Пюре картофельное	150	22,31	3,10	5,10	18,57	132,60	170,40	16,65	109,98	0,37	0,27	0,05	0,12	1,51
	5.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0,00	6,00
	6.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0,30
386	8.	Ряженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0,03	0,10	0,30
		Всего	865	106,23	23,37	17,39	75,24	552,91	440,03	103,92	450,11	10,85	3,09	11,98	1,78	23,19
		Итого:		180,77	43,01	43,50	172,92	1257,20	770,75	169,76	826,89	13,12	178,92	16,89	2,14	25,56



"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1

Сидельникова Е.С.
"01" ноября 2024г.



"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

Сидельникова Е.С.
"01" ноября 2024г.

МЕНЮ

Для школьных столовых

(7-11 лет)

День 5

№ 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
294/330	1.	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом сметанным	90/20	38,99	5,91	7,84	6,23	118,80	48,81	10,80	49,81	17,97	0,07	0,09	1,79	0,56
309	2.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12,02	5,52	4,50	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,10	0	0,05	0,78	0
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	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		Всего	500	55,83	14,69	12,74	67,00	440,77	67,87	45,12	121,78	21,51	0,07	0,18	2,66	0,66
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
45	1.	Салат из белокачанной капусты.	60	5,65	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,12	5,10	5,40	23,90	163,80	45,80	35,50	0,00	4,60	0	0	0	11,20
259	3.	Жаркое по-домашнему.	240	156,62	23,44	10,70	28,80	305,82	31,14	65,70	336,96	3,98	24,00	0,28	0	8,92
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	0,02	0,26	0,73
	5.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
	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	0	0,10	0,30
		Всего	1040	238,57	37,71	20,62	147,10	927,93	280,42	168,16	546,70	11,12	127	0	49,02	
		Итого:		294,40	52,40	33,36	214,10	1368,70	348,29	213,28	668,48	32,63	126,67	0,57	3,02	49,68



МЕНЮ
ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
(7-11 лет)

День 6

ЗАВТРАК

№ 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
175	1.	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5	23,37	4,35	9,42	39,08	259,36	127,70	35,53	149,60	0,80	52,31	0,10	0,55	0,92
14	2.	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
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	502	47,69	10,97	18,42	93,82	586,40	153,50	61,93	222,20	3,68	92,31	0,18	0,73	1,12

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)	60	16,28	0,72	0,12	2,76	15,60	8,40	12,00	0	0,48	0	0	0	10,50
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200/28	32,91	8,18	5,73	20,09	164,45	60,14	24,09	58,27	1,25	0,73	8,62	1,18	18,21
268	3.	Биточки из говядины	90	50,09	12,10	15,90	18,20	263,50	39,40	28,90	149,70	0,90	25,90	0,10	0	0,10
143	4.	Рагу из овощей	155	20,67	2,10	12,10	15,50	178,60	23,90	27,80	61,80	0,98	31,00	0,07	0	8,67
	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	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
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	1,10
		Всего	993	170,73	33,95	41,08	115,96	975,26	374,86	141,81	493,59	7,83	57,67	9,31	1,58	42,58
		Итого:	218,42	44,92	59,50	209,78	1561,66	528,36	203,74	715,79	11,51	149,98	9,49	2,31	43,70	



"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1
Сидельникова Е.С.
"01" ноября 2024г



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

МЕНЮ
ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ
(7-11 лет)

№ 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	200	79,42	13,70	27,60	14,50	362,10	113,90	19,50	259,80	3,00	339,80	0,20	0,00	0,30
	2.	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
376	3.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	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	620	126,55	17,68	28,00	71,50	609,22	138,90	41,70	314,40	5,62	442,40	0,24	0,09	8,77
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
52	1	Салат из свеклы отварной	60	5,86	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
96	2.	Рассольник ленинградский	200	11,27	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	240	73,73	28,80	36,70	46,60	632,20	62,30	65,50	275,30	3,10	66,30	0,00	0,00	1,40
	4.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0,00	6,00
	5.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0,00	0,03	0	0
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0	0
386	7.	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	860	124,71	38,85	48,53	117,71	1065,01	307,74	124,10	485,70	13,26	87,40	4,01	0,50	16,55
		ИТОГО:		251,26	56,53	76,53	189,21	1674,23	446,64	165,80	800,10	18,88	529,80	4,25	0,59	25,32

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1

Сидельникова Е.С.
"01" ноября 2024г

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

Сидельникова Е.С.
"01" ноября 2024г



МЕНЮ

**для школьных столовых
(7-11 лет)**

День 8

ЗАВТРАК

№ 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
173	1.	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/5	23,06	5,27	10,70	30,96	242,65	118,01	44,27	160,78	1,01	0,04	0,13	0,00	0,51
	2.	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
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
15	4.	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
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	510	75,34	18,77	26,83	98,00	710,24	371,11	87,62	383,38	2,14	79,04	4,91	0,28	1,81

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 (помидоры)	60	16,28	0,70	0,10	2,80	15,60	8,40	12,00	0	0,50	0	0	0	10,50
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,12	5,10	5,40	23,90	163,80	45,80	35,50	0,00	4,60	0	0	0	11,20
234	3.	Котлеты рыбные с маслом сливочным	90/5	34,92	12,70	16,20	10,10	236,60	126,10	0	0	0,90	0	0,20	0	6,10
312	4.	Пюре картофельное	150	22,31	3,10	5,10	18,57	132,60	170,40	16,65	109,98	0,37	0,27	0,05	0,12	1,51
349	5.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73
	6.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
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	865	107,50	28,95	30,02	127,49	899,51	517,98	114,01	285,32	8,43	20,27	0,38	0,48	31,39
		Итого:		182,84	47,72	56,85	225,49	1609,75	889,09	201,63	668,70	10,57	99,31	5,29	0,76	33,20

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

Муниципальное
образовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная
школа № 9 города
Аткарского
область"

2024г.

"01" ноября 2024г.

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

/ Е.С. Сидельникова /

"01" ноября 2024г.

МЕНЮ

ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ

(7-11 лет)

День 9

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
279	1.	Тефтели из говядины с соусом	90/20	48,59	6,19	10,13	9,19	152,03	29,82	14,67	72,95	0,64	26,34	0,04	0	0,64
312	2.	Пюре картофельное	150	22,31	3,10	5,10	18,57	132,60	170,40	16,65	109,98	0,37	0,27	0,05	0,12	1,51
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	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		Всего	500	75,72	12,55	15,63	62,08	438,15	214,42	44,52	217,73	3,45	26,61	0,13	0,21	2,25

ЗАВТРАК

ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюд	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)	60	11,36	0,50	0,00	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	3,00
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,21	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,95	6,60
282	3.	Оладьи из говяжьей печени	90/5	67,22	15,28	18,46	6,25	268,36	19,60	15,09	223,38	11,47	6,48	0,21	5,80	15,50
309	4.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12,02	5,52	4,50	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,10	0	0,05	0,78	0
	5.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0,00	6,00
	6.	Хлеб ржаной	30	2,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
	8.	Фрукт свежий, сезонный	153	45,81	1,20	0	20,00	79,50	55,50	18,00	0	1,20	0	0,30	0	0,50
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	1018	180,47	31,05	30,99	110,21	856,82	304,00	101,51	447,15	23,46	27,48	6,27	7,63	32,95
		Итого:		256,19	43,60	46,62	172,29	1294,97	518,42	146,03	664,88	26,91	54,09	6,39	7,84	35,20

