

Согласовано:

Директор

Л. В. Жукова

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа: ГБОУ обще. Западное

МЕНЮ

10 АПРЕЛЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОБЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	201
225	Оладьи из творога	70	176
348	Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	87,42
Пром.	Десерт фруктовый*	120	106
Итого		620	668,02
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр мобил, ОБЗ	Энер цен Ккал
113	Суп лапша по-домашнему	250	92,6
54-12м-2020	Плов с курицей	230	314,6
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	60	111,9
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Пром.	Десерт фруктовый*	120	106
Итого		930	784,13
Стоимость обеда		112,95	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
43,85	43,77	174,96	1752,04	327,31	772,02	46,52					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
368,58	0,28	0,48					32,51				9,65

Согласовано:

Директор

Л.В. Гусева

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа:

ГБОУ СОШ с. Заманное

МЕНЮ

11 АПРЕЛЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОБЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	154,96
54-14р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	100	221
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
22	Салат из моркови и яблок	60	53,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		570	543,58
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр мобил, ОБЗ	Энер цен Ккал
54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	250	120,07
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
298	Ленивые голубцы с соусом	110	164
58	Салат из моркови с чесноком и зеленым горошком	60	102
699	Напиток лимонный	200	97,6
Пром.	Сок фруктовый	200	86,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		1070	940,3
Стоимость обеда		112,95	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
47,18	47,19	188,63	1654,3	425,75	880,17	50,86					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
236	0,55	0,49					68,65				11,94

Согласовано:

Директор

Л.С. Гусева

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа:

ГБОУ СОШ с Занавесом

МЕНЮ

12 АПРЕЛЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200	163,02
413	Пицца школьная	100	245
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81
Пром.	Сок фруктовый	200	86,6
Итого		700	575,62
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр мобил, ОВЗ	Энер цен Ккал
54-11с-2020	Суп картофельный с крупой (крупка рисовая)	250	150,92
54-1г-2020	Макароны отварные	180	202
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	100	115,9
49	Салат витаминный	60	143,55
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	26,8
Пром.	Десерт фруктовый*	120	106
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		980	876,3
Стоимость обеда		112,95	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
47,31	47,75	189,12	1062,86	290,27	1080,36	7					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
362,87	0,63	1,23					61,35				14,51

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа:

ГБОУ СОШ с. Занавалово

МЕНЮ

13 АПРЕЛЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ	Энергетическая ценность Ккал
ЗАВТРАК			
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	210,11
54-5м-2020	Котлеты из курицы	100	127,1
348	Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
2	Салат Витаминный	60	43,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	58,7
	Итого	570	537,31
	Стоимость завтрака		85,81
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр мобил, ОВЗ	Энергетическая ценность Ккал
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	713
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	220	323
56	Салат овощной с яблоками	60	21,06
699	Напиток апельсиновый	200	97,6
Пром.	Сок фруктовый	200	86,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
	Итого	1000	1372,39
	Стоимость обеда		112,95

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
51,73	52,1	206,83	3092,7	437,66	1116,8	93,71					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
931,25	0,43	0,52					98,88				15,91

Согласовано:

Директор

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа:

ГБОУ СОШ с. Запавное

МЕНЮ

14 АПРЕЛЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	172,3
54-1з-2020	сыр твердых сортов в нарезке	20	53,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Пром.	Десерт фруктовый*	120	106
417	"Гребешок" из дрожжевого теста	80	232
Итого		620	590,8
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр мобил, ОВЗ	Энер цен Ккал
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	588
54-23г-2020	Горошница	180	245,76
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	127,1
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	114,4
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром.	Десерт фруктовый*	120	106
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		980	1393,39
Стоимость обеда		112,95	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г				Минеральные вещества, мг							
Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg		P		Fe		
65,49	65,87	262,18		591,3	364,8		956,08		14,22		
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
960,25	1,17	0,73					66,28				17,5