Согласовано:
Директор Л.С. Гусева

Школа ГБОУ ООШ с. Заплавное

DN: C=RU, OU=Директор, O=ГБОУ ООШ с.Заплавное, CN=Гусева Людмила Сергеевна, E=zaplav_sch@samara.edu.ru
Дата: 2023-09-11 09:46:24

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.

МЕНЮ
11 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	210,11
54-23м-2020	Биточек из курицы с соусом	100	127,1
699	Напиток лимонный	200	97,6
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
33	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	133
Итого		570	655,23
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр ОВЗ, мобил	Энер цен Ккал
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	713
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	194,96
54-14р-2020	Тефтели рыбные (минтай) с соусом	110	221
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	114,4
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	43,71
82	Фрукты свежие	120	106
Итого		990	1561,49
Стоимость обеда		112,95	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г.			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
57,13	57,13	228,45	1947,91	435,11	973,82	56,31
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
1108,3	0,52	0,52		137,11		12,23

Согласовано:
Директор _____

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.
_____

Школа ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
12 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ, 5-11 кл	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200	142,28
530	Ватрушки с джемом	80	166
348	Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		510	493,3
Стоимость завтрака		67,80	

ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр ОВЗ, мобил, 1-11 кл	Энер цен Ккал
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	713
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
54-5м-2020	Котлеты из курицы с соусом	100	127,1
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	11,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Пром	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		860	1249,33
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
47,41	47,47	189,52	1911,9	412,8	895,72	52,01
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
915,65	0,47	0,53		87,94		9,24

Согласовано:
Директор _____ Л.С. Гусева
_____
_____

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.
_____

Школа ГБОУ ООШ с. Заливное

МЕНЮ
13 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	194,96
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	133
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
82	Фрукты свежие	120	106
Итого		630	602,38
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр ОВЗ, мобил	Энер цен Ккал
116	Суп из овощей	250	296
54-12м-2020	Плов с курицей	230	314,6
2	Салат Витаминный	60	73
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	43,71
389	Сок фруктовый	200	86,6
Итого		1010	928,13
Стоимость обеда		112,95	

Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
50,66	50,81	202,63	333,1	486,2	838,52	18,49
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
199,82	0,76	0,21		70,4		12,1

Согласовано:
Директор _____ Л.С Гусева
_____
_____

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И
_____

Школа ГБОУ ООШ с.Заглавное

МЕНЮ
14 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ, 5-11 кл	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	201
290	Оладьи из творога	75	176
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витваминизация	200	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		505	491,22
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр ОВЗ, мобил, 1-11 кл	Энер цен Ккал
113	Суп лапша по-домашнему	250	92,6
54-23г-2020	Горошница	180	245,76
298	Ленивые голубцы с соусом	110	164
33	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	133
348	Компот из свежих яблок	200	97,6
Пром	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		870	864,09
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
44,5	44,6	178,07	1949,24	335,41	959,12	51,35
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
123,11	0,77	0,65		44,3		8,36

Согласовано:
Директор _____
_____
_____

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.
_____

Школа ГБОУ ООШ с. Заплавное

МЕНЮ
15 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
177	Рагу из овощей	180	170
54-24м-2020	Шницель из курицы	100	127,1
699	Напиток лимонный	200	97,6
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
5	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	70
Итого		570	552,12
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр ОВЗ, мобил	Энер цен Ккал
114	Суп картофельный с крупой (крупа рисовая)	250	150,92
54-1г-2020	Макароны отварные	180	202
279	Тефтели из курицы с соусом	110	323
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	60	54,06
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	43,71
82	Фрукты свежие	120	106
Итого		990	993,91
Стоимость обеда		112,95	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
46,04	46,14	184,21	1656,65	402,3	887,82	55,49
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
1444,3	0,58	0,51		106,27		18,94