Согласовано:
Директор Гусева Л.С

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: 2023-12-11 14:10:55

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

МЕНЮ

11 декабря 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5 кл-11 кл	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
Итого		510	522,23
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл	Энер цен Ккал
54-2с-2020	Борщ с говядиной, капустой и картофелем	250	178,25
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
Итого		870	920,74
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
56,17	56,07	224,54	1915,91	417,11	951,82	51,91
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
1108,31	0,46	0,52		117,11		12,23

Согласовано:
Директор Дуева И.С

Школа ГБОУ СОШ с Заплавное

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И
Какурина Л.И

МЕНЮ
12 декабря 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5 кл-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 1 кл-11 кл	Энер цен Ккал
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	178,25
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
54-5м-2020	Котлеты из курицы с соусом	100	127,1
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
Итого		860	815,18
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
49,57	49,63	198,24	1917,15	417,95	897,82	52,23
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
1032,25	0,48	0,53		83,7		9,61

Согласовано:
Директор Бурова Л.С

Школа ГБОУ ООШ с. Заплавное

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

МЕНЮ
13 декабря 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5 кл-11 кл	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	194,96
54-24м-2020	Шницель из курицы с соусом	100	127,1
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		510	490,48
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл	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
Итого		810	841,53
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
43,33	43,39	173,43	319,1	478,2	824,52	15,69
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
199,82	0,74	0,21		66,4		12,1

Согласовано:
Директор Бурова Е.С

Школа ГБОУ ООШ с. Заплавное

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

МЕНЮ
14 декабря 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5 кл-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 1 кл-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
44,98	45,04	179,45	1955,24	348,61	968,72	52,07
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
123,12	0,78	0,65		49,1		8,36

Согласовано:
Директор _____
_____
_____
Школа ГБОУ ООШ с. Заплавное

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

МЕНЮ
15 ДЕКАБРЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5 кл-11 кл	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-22м-2020	Рагу из курицы	270	297,1
699	Напиток лимонный	200	97,6
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		500	482,12
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл	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
Итого		870	887,91
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
40,9	40,98	163,6	1674,85	383,4	876,12	51,74
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
1194,99	0,54	0,46		87,44		16,21