

Согласовано:

Директор
ГБОУ СОШ с. Заплавное
Гусева Л.С.



Утверждаю:

ИИ Какурина Л.И.
Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ

01 АПРЕЛЯ 2024 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ, МНОГОДЕТ	Энер цен Ккал			
ЗАВТРАК						
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	170,11			
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	482,23			
	Стоимость завтрака		74,58			
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ	Энер цен Ккал			
54-2с-2020	Борщ с 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		104,43			
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe
54,6	54,5	218,3	1915,91	417,11	951,82	51,91
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
1108,31	0,46	0,52		117,11		12,23

Согласовано:

Директор
ГБОУ СОШ с. Заплавное
Гусева Л.С.



Утверждаю:
ИИ Какурина Л.И.

Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ

02 АПРЕЛЯ 2024 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ, МНОГОДЕТ	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		74,58			
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ	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		104,43			
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe
48,61	48,67	194,34	1917,15	417,95	897,82	52,23
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
1032,25	0,48	0,53		83,7		9,61

Согласовано:

Директор
ГБОУ СОШ с. Заплавное
Гусева Л.С.



Утверждаю
ИИ Какурина Л.И.
Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ

03 АПРЕЛЯ 2024 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ, МНОГОДЕТ	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		74,58				
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ	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		104,43				
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe
42,37	42,43	169,57	319,1	478,2	824,52	15,69
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
199,82	0,74	0,21		66,4		12,1

Согласовано:

Директор
ГБОУ СОШ с. Заплавное
Гусева Л.С.



Утверждаю:
ИИ Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ

04 АПРЕЛЯ 2024 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ, МНОГОДЕТ	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 витаминизация	200	26,8			
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42			
	Итого	505	491,22			
	Стоимость завтрака		74,58			
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ	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		104,43			
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
44,5	44,6	177,7	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
 ГБОУ СОШ с. Заплавное
 Гусева Л.С.



Утверждаю:
 ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ

05 АПРЕЛЯ 2024 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ, МНОГОДЕТ	Энер цен Ккал			
ЗАВТРАК						
54-22м-2020	Рагу из курицы	220	297,1			
58	Салат из редьки с овощами	60	87,5			
699	Напиток лимонный	200	97,6			
Пром	Хлеб пшеничный	30	87,42			
Итого		510	569,62			
Стоимость завтрака		74,58				
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл, ОВЗ, МОБ	Энер цен Ккал			
114	Суп картофельный с крупой (крупя 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		104,43				
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe
41,7	41,72	166,93	1674,85	383,4	876,12	51,74
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
1194,99	0,54	0,46		87,44		16,21