

Директор МОУ СОШ №

Форма по ОКУД

свердловское

Дир. 121.4 Басова



МЕНЮ на 23 января 2023 г.

| №<br>п/п                                          | Наименование блюда             | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | Энер.цен<br>ность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------|--------------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 7-11 лет) |                                |             |             |            |                 |                            |
| 1                                                 | Бутерброд с маслом сливочным   | 10\30       | 2,3         | 5,5        | 14,7            | 146                        |
| 2                                                 | Каша молочная пшеничная жидкая | 200         | 7,6         | 7,2        | 23,2            | 267                        |
| 3                                                 | Яблоко свежее                  | 1 шт        | 0,6         | 0,6        | 14,3            | 68                         |
| 4                                                 | Чай с молоком                  | 200/15      | 1,6         | 1,6        | 17,3            | 87                         |
| Итого:                                            |                                | 590         | 12,1        | 14,9       | 69,5            | 568                        |
| Стоимость рациона:                                |                                |             |             |            |                 |                            |

|                                                          |                                |        |      |      |      |     |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------|--------|------|------|------|-----|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 12 лет и старше) |                                |        |      |      |      |     |
| 1                                                        | Бутерброд с маслом сливочным   | 10\40  | 3,7  | 5,5  | 19,6 | 169 |
| 2                                                        | Каша молочная пшеничная жидкая | 250    | 9,5  | 9    | 29   | 334 |
| 3                                                        | Яблоко свежее                  | 1 шт   | 0,6  | 0,6  | 14,3 | 68  |
| 4                                                        | Чай с молоком                  | 200/15 | 1,6  | 1,6  | 17,3 | 87  |
| Итого:                                                   |                                | 650    | 15,4 | 16,7 | 80,2 | 658 |
| Стоимость рациона:                                       |                                |        |      |      |      |     |

ИП Чекунов О.А.

Зав. производством

Экономист по ценам



Директор МОУ СОШ №

Форма по ОКУД



*В.И. Басов* / *И.И. Басов* /

МЕНЮ на 24 января 2023 г.

| №<br>п/п                                                 | Наименование блюда          | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево-<br>ды, г | Энер.цен-<br>ность,<br>ккал |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------|-------------|------------|------------------|-----------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 7-11 лет)        |                             |             |             |            |                  |                             |
| 1                                                        | Котлета рубленая из птицы   | 90          | 14,6        | 18,7       | 13,6             | 223                         |
| 2                                                        | Макаронные изделия отварные | 150         | 5,5         | 5,7        | 33,3             | 206                         |
| 3                                                        | Соус томатный               | 30          | 0,2         | 0,7        | 1,5              | 13                          |
| 4                                                        | Чай с сахаром               | 200/15      | 0,1         | 0          | 15               | 59                          |
| 5                                                        | Хлеб пшеничный              | 30          | 2,2         | 0,2        | 14,6             | 69                          |
|                                                          | Итого:                      | 515         | 22,6        | 25,3       | 77,8             | 570                         |
|                                                          | Стоимость рациона:          |             |             |            |                  |                             |
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 12 лет и старше) |                             |             |             |            |                  |                             |
| 1                                                        | Котлета рубленая из птицы   | 100         | 16,2        | 2,8        | 15,1             | 248                         |
| 2                                                        | Макаронные изделия отварные | 180         | 6,5         | 6,8        | 28,2             | 248                         |
| 3                                                        | Соус томатный               | 30          | 0,2         | 0,7        | 1,5              | 13                          |
| 4                                                        | Чай с сахаром               | 200/15      | 0,1         | 0          | 15               | 59                          |
| 5                                                        | Хлеб пшеничный              | 40          | 3           | 0,2        | 19,5             | 92                          |
|                                                          | Итого:                      | 565         | 26          | 10,5       | 79,3             | 660                         |
|                                                          | Стоимость рациона:          |             |             |            |                  |                             |

ИП Чекунов О.А.

Зав. производством

Экономист по ценам



Директор МОУ СОШ №

Форма по ОКУД

с. Верхнепоземское

И.И. Борове



МЕНЮ на 25 января 2023 г.

| №<br>п/п                                          | Наименование блюда              | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | Энер.цен<br>ность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------|---------------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 7-11 лет) |                                 |             |             |            |                 |                            |
| 1                                                 | Сыр (порциями)                  | 15          | 4           | 4          | 4,1             | 54                         |
| 2                                                 | Каша молочная «Геркулес» жидкая | 200         | 8,1         | 11,5       | 40,8            | 300                        |
| 3                                                 | Яйцо вареное                    | 40          | 5,5         | 5          | 0,3             | 69                         |
| 4                                                 | Чай с лимоном                   | 200/15/7    | 0,3         | 0          | 15,2            | 60                         |
| 5                                                 | Хлеб пшеничный                  | 40          | 3           | 0,2        | 19,5            | 92                         |
|                                                   | Итого:                          | 517         | 20,9        | 20,7       | 79,9            | 575                        |
|                                                   | Стоимость рациона:              |             |             |            |                 |                            |

|                                                          |                                 |          |      |      |      |     |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------|----------|------|------|------|-----|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 12 лет и старше) |                                 |          |      |      |      |     |
| 1                                                        | Сыр (порциями)                  | 15       | 4    | 4    | 4,1  | 54  |
| 2                                                        | Каша молочная «Геркулес» жидкая | 250      | 10,1 | 14,4 | 59,8 | 340 |
| 3                                                        | Яйцо вареное                    | 40       | 5,5  | 5    | 0,3  | 69  |
| 4                                                        | Чай с лимоном                   | 200/15/7 | 0,3  | 0    | 15,2 | 60  |
| 5                                                        | Хлеб пшеничный                  | 40       | 3    | 0,2  | 19,5 | 92  |
|                                                          | Итого:                          | 567      | 22,9 | 23,6 | 98,9 | 615 |
|                                                          | Стоимость рациона:              |          |      |      |      |     |

ИП Чекунов О.А.

Зав. производством

Экономист по ценам



Директор МОУ СОШ №

Форма по ОКУД



МЕНЮ на 26 января 2023 г.

| №<br>п/п                                          | Наименование блюда                        | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | Энергетическая<br>цен<br>ность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|-----------------------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 7-11 лет) |                                           |             |             |            |                 |                                         |
| 1                                                 | Овощи (свежие, или соленные, или вареные) | 60          | 1,3         | 0,4        | 7,7             | 37                                      |
| 2                                                 | Фрикадельки из птицы с соусом томатным    | 90/30       | 16          | 12,8       | 8               | 191                                     |
| 3                                                 | Рис припущенный                           | 150         | 3,6         | 4,3        | 36,7            | 200                                     |
| 4                                                 | Чай с сахаром                             | 200/15      | 0,1         | 0          | 15              | 59                                      |
| 5                                                 | Хлеб пшеничный                            | 40          | 3           | 0,2        | 19,5            | 92                                      |
| Итого:                                            |                                           | 585         | 24          | 17,7       | 86,9            | 579                                     |
| Стоимость рациона:                                |                                           |             |             |            |                 |                                         |

|                                                          |                                           |        |      |      |       |     |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------|------|------|-------|-----|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 12 лет и старше) |                                           |        |      |      |       |     |
| 1                                                        | Овощи (свежие, или соленные, или вареные) | 100    | 2,2  | 0,4  | 12,8  | 62  |
| 2                                                        | Фрикадельки из птицы с соусом томатным    | 100/30 | 17,8 | 14,2 | 8,9   | 212 |
| 3                                                        | Рис припущенный                           | 180    | 4,3  | 5,2  | 44    | 220 |
| 4                                                        | Чай с сахаром                             | 200/15 | 0,1  | 0    | 15    | 59  |
| 5                                                        | Хлеб пшеничный                            | 50     | 3,7  | 0,3  | 24,4  | 115 |
| Итого:                                                   |                                           | 675    | 28,1 | 20,1 | 105,1 | 668 |
| Стоимость рациона:                                       |                                           |        |      |      |       |     |

ИП Чекунов О.А.

Зав. производством

Экономист по ценам



Директор МОУ СОШ №

Форма по ОКУД

МЕНЮ на 2 февраля 2023 г.



| №<br>п/п                                                 | Наименование блюда                     | Выход,<br>г. | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | Энер.цен<br>ность,<br>ккал |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------|-------------|------------|-----------------|----------------------------|
| <b>10 день</b>                                           |                                        |              |             |            |                 |                            |
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 7-11 лет)        |                                        |              |             |            |                 |                            |
| 1                                                        | Бутерброд с маслом сливочным, повидлом | 10/30/40     | 3,3         | 7,3        | 31              | 247                        |
| 2                                                        | Каша молочная «Дружба»                 | 200          | 5,0         | 10,1       | 30,5            | 261                        |
| 3                                                        | Чай с лимоном                          | 200/15/7     | 0,3         | 0          | 15,2            | 60                         |
|                                                          | Итого:                                 | 502          | 8,6         | 17,4       | 76,7            | 568                        |
|                                                          | Стоимость рациона:                     |              |             |            |                 |                            |
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 12 лет и старше) |                                        |              |             |            |                 |                            |
| 1                                                        | Бутерброд с маслом сливочным, повидлом | 10/30/40     | 3,3         | 7,3        | 31              | 247                        |
| 2                                                        | Каша молочная «Дружба»                 | 250          | 6,9         | 15,1       | 43,4            | 364                        |
| 3                                                        | Чай с лимоном                          | 200/15/7     | 0,3         | 0          | 15,2            | 60                         |
|                                                          | Итого:                                 | 552          | 10,5        | 22,4       | 89,6            | 672                        |
|                                                          | Стоимость рациона:                     |              |             |            |                 |                            |

ИП Чекунов О.А.

Зав. производством

Экономист по ценам

