

СОГЛАСОВАНО:
Заведующий учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Аминева Рина Фаязовна/

МЕНЮ
на 17.01.2025 пятница
МОБУ ЦО "Олимп" с.Михайло



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	

Аллер(глютен, мол.сахар)

1 Завтрак

ДП097АА	Каша пшенная б/м/с	154,00	5,60	6,60	26,40	187,00
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		6,66	5,70	6,60	26,40	188,00

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	50,00	0,88	4,22	5,34	63,33
Б00276А	Суп из овощей	180,00	1,35	3,06	7,74	65,00
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП0067А	Картофельное пюре	150,00	1,50	1,33	15,00	128,33
ДП0124А	Компот из смеси сухофр б/с	200,00	1,10	0,05	35,00	125,00
ИТОГО по: Обед		112,54	13,03	13,18	64,93	462,47

Полдник

ДП0066а	Картофель тушеный	150,00	3,30	9,20	22,70	189,00
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		33,05	3,40	9,20	22,70	190,00

Стоимость питания за день по категории 171,00

Группа продл.дня 1-4 кл

Обед

Б000420	Суп из овощей со смет.	200,00	1,41	2,99	8,19	65,37
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	70,00	7,17	3,95	1,62	70,70
ДП00067	Картофельное пюре	150,00	3,06	4,44	20,05	132,00
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	86,67
ИТОГО по: Обед		78,02	15,66	11,91	75,76	475,73

Стоимость питания за день по категории 78,02

3 ММС/дети 7-11лет

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	100,00	10,00	12,63	10,51	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	150,00	4,84	4,74	31,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДП33400	Чай с витаминами Витошка	200,00	0,12	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		69,57	18,53	17,88	64,37	485,33

Стоимость питания за день по категории 69,57

3 род.плата 5-11кл

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	100,00	10,00	12,63	10,51	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	190,00	6,13	6,00	39,85	236,87
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДПЗЗ400	Чай с витаминами Витошка	200,00	0,12	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	20,53	19,24	77,24	556,87
Стоимость питания за день по категории		76,36				

ЗММС/дети 12 лет и старш

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	100,00	10,00	12,63	10,51	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	190,00	6,13	6,00	39,85	236,87
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДПЗЗ400	Чай с витаминами Витошка	200,00	0,12	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	20,53	19,24	77,24	556,87
Стоимость питания за день по категории		76,36				

О ММС/дети 7-11 лет

Обед

Б000420	Суп из овощей со смет.	200,00	1,41	2,99	8,19	65,37
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	70,00	7,17	3,95	1,62	70,70
ДП00067	Картофельное пюре	150,00	3,06	4,44	20,05	132,00
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	86,67
ИТОГО по: Обед		78,02	15,66	11,91	75,76	475,73
Стоимость питания за день по категории		78,02				

О род.плата 5-11кл

Обед

Б000420	Суп из овощей со смет.	200,00	1,41	2,99	8,19	65,37
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП00067	Картофельное пюре	170,00	3,47	5,03	22,72	149,60
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		88,1	18,07	13,20	84,94	535,02
Стоимость питания за день по категории		88,10				

ОВЗ(1-4кл)

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	100,00	10,00	12,63	10,51	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	150,00	4,84	4,74	31,46	187,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,57	0,48	22,38	108,33
ДПЗЗ400	Чай с витаминами Витошка	200,00	0,12	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		69,57	18,53	17,88	64,37	485,33

Обед

Б000420	Суп из овощей со смет.	200,00	1,41	2,99	8,19	65,37
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	70,00	7,17	3,95	1,62	70,70
ДП00067	Картофельное пюре	150,00	3,06	4,44	20,05	132,00
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	86,67
ИТОГО по: Обед		78,02	15,66	11,91	75,76	475,73
Стоимость питания за день по категории		147,59				

ОВЗ(5-11кл)

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	100,00	10,00	12,63	10,51	189,00
---------	---------------------------	--------	-------	-------	-------	--------

ДП00005	Макаронные изделия отварные	190,00	6,13	6,00	39,85	236,87
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП33400	Чай с витаминами Витошка	200,00	0,12	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	20,53	19,24	77,24	556,87

Обед

Б000420	Суп из овощей со смет.	200,00	1,41	2,99	8,19	65,37
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП00067	Картофельное пюре	170,00	3,47	5,03	22,72	149,60
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		88,1	18,07	13,20	84,94	535,02

Стоимость питания за день по категории **164,46**

ОММС/дети 12 лет и старш

Обед

Б000420	Суп из овощей со смет.	200,00	1,41	2,99	8,19	65,37
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП00067	Картофельное пюре	170,00	3,47	5,03	22,72	149,60
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		88,1	17,36	13,11	80,47	513,27

Стоимость питания за день по категории **88,10**

СВО (завтрак)

1 Завтрак

СМС0007	Котлета "Мясные" с соусом	100,00	10,00	12,63	10,51	189,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	190,00	6,13	6,00	39,85	236,87
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,58	26,86	130,00
ДП33400	Чай с витаминами Витошка	200,00	0,12	0,03	0,02	1,00
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	20,53	19,24	77,24	556,87

Стоимость питания за день по категории **76,36**

СВО (обед)

Обед

Б000420	Суп из овощей со смет.	200,00	1,41	2,99	8,19	65,37
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП00067	Картофельное пюре	170,00	3,47	5,03	22,72	149,60
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: Обед		88,1	18,07	13,20	84,94	535,02

Стоимость питания за день по категории **88,10**

дети(мол.прод)

1 Завтрак

ДП0087А	Каша овсян."Геркулес жидкая	170,00	6,73	8,17	29,47	218,57
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		14,94	8,53	8,87	50,48	315,40

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	50,00	0,88	4,22	5,34	63,33
Б00276А	Суп из овощей	180,00	1,35	3,06	7,74	65,00

ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП0067А	Картофельное пюре	150,00	1,50	1,33	15,00	128,33
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		123,37	14,51	13,47	66,88	501,80

Полдник

ДП0101а	Каша рисовая жидкая	154,00	3,80	5,90	23,70	164,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		13,94	5,23	6,09	41,73	243,33

Стоимость питания за день по категории 171,00

сад 10ч

1 Завтрак

ДП00151	Масло порционное	10,00	0,08	7,25	0,13	66,00
ДП00087	Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	170,00	6,73	8,17	29,48	218,45
СУ13001	Кофейный напиток	200,00	3,18	3,49	14,98	104,00
ДП00371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		40,1	11,79	19,61	56,51	449,28

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,46	0,42	10,70	48,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,46	0,42	10,70	48,00

Обед

ДП00244	Салат из свеклы с растительным маслом	50,00	0,88	4,22	5,34	63,33
Б00276А	Суп из овощей	180,00	1,35	3,06	7,74	65,00
ДП00264	Сметана к пер.блюдам (прокип)	5,00	0,13	0,75	0,18	8,00
ДП0220а	Рыба туш с овощ(филе минтая)	80,00	8,19	4,51	1,85	80,80
ДП00067	Картофельное пюре	150,00	3,06	4,44	20,05	132,00
ДП00124	Компот из смеси сухофр.	200,00	0,06	0,00	20,80	83,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		78,14	16,20	17,33	72,11	513,47

Полдник

ДП00104	Каша рисовая рассыпч.с изюмом	150,00	3,00	9,30	39,50	253,00
ДП00336	Чай с сахаром и молоком	200,00	1,55	1,45	11,26	64,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		34,01	5,98	10,94	59,71	360,33

Стоимость питания за день по категории 171,00

Шеф-повар _____