

СОГЛАСОВАНО:
Заведующий учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Аминева Рина Фаязовна/

МЕНЮ
на 13.01.2025 понедельник
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		7,73	5,70	6,60	26,40	188,00

2 Второй завтрак

ДП00340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	53,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,48	0,48	11,76	53,00

Обед

ДП00166	Огурец соленый порц.	30,00	0,24	0,03	0,48	3,00
ДП0338А	Щи из св.капусты с карт.без смет	180,00	1,27	3,73	6,38	162,00
ДП00422	Каша гречневая с мясом п/ф	150,00	14,11	16,50	35,41	346,00
ДП0163А	Напиток яблочный б/с	200,00	0,20	0,10	17,20	68,00
ИТОГО по: Обед		103,7	15,82	20,36	59,47	579,00

Полдник

ДП00166	Огурец соленый порц.	30,00	0,24	0,03	0,48	3,00
ДП0065А	Картофель отварной	153,00	3,18	3,64	25,92	149,00
ДП00332	Чай б/с	200,00	0,10	0,00	0,00	1,00
ИТОГО по: Полдник		40,82	3,52	3,67	26,40	153,00

Стоимость питания за день по категории 171,00

Группа продл.дня 1-4 кл

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДП00422	Каша гречневая с мясом п/ф	170,00	15,99	18,70	40,13	392,13
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,25
ИТОГО по: Обед		78,02	21,38	24,52	97,04	698,47

Стоимость питания за день по категории 78,02

3 ММС/дети 7-11лет

1 Завтрак

СК00002	Котлеты куриные с соусом	100,00	9,45	11,43	8,80	170,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	150,00	4,84	4,74	31,46	187,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: 1 Завтрак		69,57	17,85	16,66	71,73	501,75

Стоимость питания за день по категории 69,57

3 род.плата 5-11кл

1 Завтрак

СК00002	Котлеты куриные с соусом	100,00	9,45	11,43	8,80	170,00
---------	--------------------------	--------	------	-------	------	--------

ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	37,75	
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	19,53	17,70	82,50	56
Стоимость питания за день по категории		76,36				

ЗММС/дети 12 лет и старш

1 Завтрак

СК00002	Котлеты куриные с соусом	100,00	9,45	11,43	8,80	170,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	37,75	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	19,53	17,70	82,50	560,90
Стоимость питания за день по категории		76,36				

О ММС/дети 7-11 лет

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДП00422	Каша гречневая с мясом п/ф	170,00	15,99	18,70	40,13	392,13
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,25
ИТОГО по: Обед		78,02	21,38	24,52	97,04	698,47
Стоимость питания за день по категории		78,02				

О род.плата 5-11кл

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДП00422	Каша гречневая с мясом п/ф	180,00	16,93	19,80	42,49	415,20
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
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	23,04	25,72	103,88	743,29
Стоимость питания за день по категории		88,10				

ОВЗ(1-4кл)

1 Завтрак

СК00002	Котлеты куриные с соусом	100,00	9,45	11,43	8,80	170,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	150,00	4,84	4,74	31,46	187,00
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	50,00	3,56	0,49	22,39	108,75
ИТОГО по: 1 Завтрак		69,57	17,85	16,66	71,73	501,75

Обед

ДП00417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДП00422	Каша гречневая с мясом п/ф	170,00	15,99	18,70	40,13	392,13
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП00004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,00	2,14	0,29	13,43	65,25
ИТОГО по: Обед		78,02	21,38	24,52	97,04	698,47
Стоимость питания за день по категории		147,59				

ОВЗ(5-11кл)

1 Завтрак

СК00002	Котлеты куриные с соусом	100,00	9,45	11,43	8,80	170,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	37,75	224,40
ДП00334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	19,53	17,70	82,50	560,90

ДП000422	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДП000422	Каша гречневая с мясом п/ф	180,00	16,93	19,80	42,49	415,20
ДП000163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП000004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП000005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		88,1	23,04	25,72	103,88	743,29
Стоимость питания за день по категории		164,46				

ОММС/дети 12 лет и старш

Обед

ДП000417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДП000422	Каша гречневая с мясом п/ф	180,00	16,93	19,80	42,49	415,20
ДП000163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП000004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП000005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		88,1	23,04	25,72	103,88	743,29
Стоимость питания за день по категории		88,10				

СВО (завтрак)

1 Завтрак

СКС00002	Котлеты куриные с соусом	100,00	9,45	11,43	8,80	170,00
ДП0144А	Макаронные изделия отварные	180,00	5,81	5,69	37,75	224,40
ДП000334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП000005	Хлеб пшеничный витаминизированный	60,00	4,28	0,59	26,87	130,50
ИТОГО по: 1 Завтрак		76,36	19,53	17,70	82,50	560,90
Стоимость питания за день по категории		76,36				

СВО (обед)

Обед

ДП000417	Щи из св.кап.со смет	250,00	1,78	5,24	8,07	86,59
ДП000422	Каша гречневая с мясом п/ф	180,00	16,93	19,80	42,49	415,20
ДП000163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП000004	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	1,38	0,19	9,00	47,50
ДП000005	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,00	2,85	0,39	17,91	87,00
ИТОГО по: Обед		88,1	23,04	25,72	103,88	743,29
Стоимость питания за день по категории		88,10				

дети(мол.прод)

1 Завтрак

ДП010АА	Каша ячневая б/м/с	154,00	5,30	5,70	27,60	184,00
ДП000334	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	9,08	36,00
ДП000371	Батон нарезной	25,00	1,80	0,70	11,93	60,83
ИТОГО по: 1 Завтрак		14,36	7,10	6,40	48,61	280,83

2 Второй завтрак

ДП000340	Яблоки	120,00	0,48	0,48	11,76	53,00
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		18,75	0,48	0,48	11,76	53,00

Обед

ДП000231	Салат из моркови	60,00	0,67	6,04	6,71	84,00
ДП00338А	Щи из св.капусты с карт.без смет	180,00	1,27	3,73	6,38	162,00
ДП000422	Каша гречневая с мясом п/ф	140,00	13,17	15,40	33,05	322,93
ДП000163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	107,00
ДП000004	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	1,10	0,15	7,20	38,00
ДП000005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Обед		98,8	17,74	25,62	88,70	757,27

Полдник

ДП0229А	Салат из белокачанной капусты	40,00	0,93	4,67	5,40	58,00
---------	-------------------------------	-------	------	------	------	-------

ДП0065А	Картофель отварной	153,00	3,18	3,64	25,92	149,00
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		39,09	5,54	8,50	49,35	286,33
Стоимость питания за день по категории		171,00				

сад 10ч

1 Завтрак

ДП00317	Сыр порционный	8,00	1,96	1,90	0,00	25,00
ДП00107	Каша ячневая молочная вязкая	170,00	5,71	5,71	29,37	192,08
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		38,25	9,47	8,31	50,38	313,91

2 Второй завтрак

ДП00265	Сок фруктовый	150,00	1,13	1,73	2,40	26,25
ИТОГО по: 2 Второй завтрак		11,44	1,13	1,73	2,40	26,25

Обед

ДП00166	Огурец соленый порц.	30,00	0,24	0,03	0,48	3,00
ДП0338А	Щи из св.капусты с карт.без смет	180,00	1,27	3,73	6,38	162,00
ДП00264	Сметана к пер.блюдам (прокип)	5,00	0,13	0,75	0,18	8,00
ДП00422	Каша гречневая с мясом п/ф	130,00	12,23	14,30	30,69	299,87
ДП00163	Напиток яблочный	200,00	0,10	0,10	26,40	106,67
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		74,59	16,50	19,26	80,29	660,87

Полдник

ДП00171	Омлет натуральный	70,00	6,66	9,65	1,22	118,40
ДП33400	Чай с витаминами Витошка	200,00	0,12	0,03	0,02	1,00
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	1,43	0,19	8,95	43,33
ИТОГО по: Полдник		46,72	8,21	9,87	10,19	162,74
Стоимость питания за день по категории		171,00				

Шеф-повар _____