

Подпись
директор

МЕНЮ

13.10.2022

(вторая неделя ноября)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак 1 СМЕНА- ОВ31-4,обуч 1-4,ММС 1-4; 2 СМЕНА ОВ3 1-4 (полдник)						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
каша гречневая вязкая	140	124	3,68	8,30	19,44	175,11
Салат из белокочанной капусты и моркови	60	95	1,31	8,29	3,82	8.10a
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0,10		8,70	12
биточки из говядины с соусом томатным	100	205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Без диеты	540	553	20,39	26,19	65,08	
Итого за Завтрак	540	553	20,39	26,19	65,08	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 1-4; 2 СМЕНА ММС 1-4,ОБУЧ 1-4						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Гуляш(2вариант)	90	204	14,68	14,82	10,07	
Суп-лапша домашняя	200	86	2,04	4,08	13,18	86
Каша перловая вязкая с растительным маслом	180	126	5,37	4,21	37,05	
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	200	123	1,00	0,05	31,00	276
Итого за Без диеты	750	749	26,49	24,04	124,26	
Итого за Обед	750	749	26,49	24,04	124,26	
Итого за день		1 301	46,88	50,23	189,34	
Завтрак 1 СМЕНА- ОВ35-11,обуч 5-11,ММС 5-11; 2 СМЕНА ОВ3 5-11 (полдник),ТЖС 5-11						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
каша гречневая вязкая	150/10	142	4,20	9,49	22,22	175,11
Салат из белокочанной капусты и моркови	60	95	1,31	8,29	3,82	8.10a
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0,10		8,70	12
биточки из говядины с соусом томатным	100	205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Без диеты	560	570	20,91	27,38	67,86	
Итого за Завтрак	560	570	20,91	27,38	67,86	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 5-11; 2 СМЕНА ММС 5-11,ОБУЧ 5-11, ТЖС 5-11						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Гуляш(2вариант)	90	204	14,68	14,82	10,07	
Суп-лапша домашняя	250	107	2,55	5,10	16,47	86
Каша перловая вязкая с растительным маслом	200	140	5,97	4,68	41,17	
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	200	123	1,00	0,05	31,00	276
Итого за Без диеты	820	784	27,60	25,53	131,67	
Итого за Обед	820	784	27,60	25,53	131,67	
Итого за день		1 354	48,51	52,91	199,53	

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИД



УТВЕРЖДАЮ:

МОБУ СОШ

директор *Ирина Сергеевна ТФ*

СОГЛАСОВАНО



МЕНЮ

на

13.10.2022

(вторая неделя четверг)

1-4 вит (завтр)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	150		66	0,60	0,60	14,70	
Итого за Без диеты	150	10,5	66	0,60	0,60	14,70	
Итого за Завтрак	150	10,5	66	0,60	0,60	14,70	
Итого за 29.09.2022		10,5	66	0,60	0,60	14,70	

//

//