

УТВЕРЖДАЮ:

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП



СОГЛАСОВАНО:

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
МУН  
ИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАРМАСКАЛИНСКИЙ  
РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

*Калимуллина Т.Ф.*

# МЕНЮ 14.02.2023 г.

Диета: Все

| Наименование                                                                                        | Вес блюда (гр) | Цена (руб)    | Энерг цен.   | Белки        | Жиры         | Углеводы      | №<br>реп |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------|
| <b>Завтрак 1-4 кл, ММС 1-4 кл, ОБЗ 1-4, полдник 1-4 ОБЗ</b>                                         |                |               |              |              |              |               |          |
| <b>Без диет</b>                                                                                     |                |               |              |              |              |               |          |
| Хлеб пшеничный (для детского питания)                                                               | 30             | 2,77          | 73           | 2,43         | 0,30         | 14,64         | 114      |
| Яблоко шт                                                                                           | 100            | 10,89         | 44           | 0,40         | 0,40         | 9,80          |          |
| Чай с молоком и сахаром                                                                             | 180            | 5,97          | 58           | 1,28         | 1,29         | 10,12         | 267      |
| Каша геркулесовая молоч.с яблоком                                                                   | 160            | 13,54         | 191          | 5,87         | 9,96         | 24,89         | 183      |
| Запеканка из творога(1вар)                                                                          | 60             | 31,27         | 144          | 7,00         | 6,00         | 7,20          | 224      |
| <b>Итого за Без диет</b>                                                                            | <b>530</b>     | <b>64,44</b>  | <b>509</b>   | <b>16,97</b> | <b>17,94</b> | <b>66,64</b>  |          |
| <b>Обед 1-4, ММС 1-4, ОБЗ 1-4</b>                                                                   |                |               |              |              |              |               |          |
| <b>Без диет</b>                                                                                     |                |               |              |              |              |               |          |
| Хлеб ржаной(пшеничный)                                                                              | 30             | 3,61          | 66           | 2,40         | 1,05         | 12,75         | 0001     |
| Хлеб пшеничный (для детского питания)                                                               | 30             | 3,55          | 73           | 2,43         | 0,30         | 14,64         | 114      |
| суп картофельный                                                                                    | 200            | 9,80          | 86           | 1,92         | 2,00         | 14,48         | 58       |
| Салат из свеклы с сыром                                                                             | 60             | 13,58         | 82           | 2,95         | 5,89         | 4,28          | 31       |
| Напиток яблочный(2вар)                                                                              | 200            | 3,85          | 67           |              |              | 17,60         | 282      |
| Плов из птицы(грудка)2ВАР                                                                           | 200            | 38,15         | 353          | 14,60        | 14,67        | 44,56         | 130      |
| <b>Итого за Без диет</b>                                                                            | <b>720</b>     | <b>72,54</b>  | <b>727</b>   | <b>24,30</b> | <b>23,91</b> | <b>108,30</b> |          |
| <b>Итого за 14.02.2023</b>                                                                          |                | <b>136,98</b> | <b>1 236</b> | <b>41,27</b> | <b>41,85</b> | <b>174,95</b> |          |
| <b>14.02.2023 вторник</b>                                                                           |                |               |              |              |              |               |          |
| <b>Завтрак 5-11кл род.пл. ММС 5-11 кл, полдник 5-11(2 смена), ОБЗ 5-11 кл. ,ТЖС 5-11,СВО 5-11</b>   |                |               |              |              |              |               |          |
| <b>Без диет</b>                                                                                     |                |               |              |              |              |               |          |
| Хлеб пшеничный (для детского питания)                                                               | 30             | 3,03          | 73           | 2,43         | 0,30         | 14,64         | 114      |
| Яблоко шт                                                                                           | 100            | 11,94         | 44           | 0,40         | 0,40         | 9,80          |          |
| Чай с молоком и сахаром                                                                             | 200            | 7,31          | 64           | 1,42         | 1,43         | 11,24         | 267      |
| Запеканка из творога(2вар)                                                                          | 60             | 34,26         | 180          | 7,82         | 5,79         | 9,38          | 224      |
| Каша геркулесовая молоч.с яблоком                                                                   | 180            | 16,66         | 215          | 6,60         | 11,20        | 28,00         | 183      |
| <b>Итого за завтрак</b>                                                                             | <b>570</b>     | <b>73,20</b>  | <b>576</b>   | <b>18,67</b> | <b>19,12</b> | <b>73,06</b>  |          |
| <b>Обед 5-11 кл род.пл (2 см), ММС 5-11(2 смена), ТЖС 5-11(2 смена), СВО 5-11(2 смена) ОБЗ 5-11</b> |                |               |              |              |              |               |          |
| <b>Без диет</b>                                                                                     |                |               |              |              |              |               |          |
| Хлеб ржаной(пшеничный)                                                                              | 30             | 3,64          | 66           | 2,40         | 1,05         | 12,75         | 0001     |
| Хлеб пшеничный (для детского питания)                                                               | 30             | 3,57          | 73           | 2,43         | 0,30         | 14,64         | 114      |
| суп картофельный                                                                                    | 250            | 12,33         | 107          | 2,40         | 2,50         | 18,10         | 58       |
| Напиток яблочный(2вар)                                                                              | 200            | 3,87          | 67           |              |              | 17,60         | 282      |
| Плов из птицы(грудка)2ВАР                                                                           | 220            | 42,23         | 389          | 16,06        | 16,13        | 49,01         | 130      |
| Салат из свеклы с сыром                                                                             | 100            | 18,81         | 198          | 3,80         | 11,20        | 12,20         | 120      |
| <b>Итого за обед</b>                                                                                | <b>830</b>     | <b>84,45</b>  | <b>899</b>   | <b>27,09</b> | <b>31,18</b> | <b>124,30</b> |          |
| <b>Итого за 14.02.2023</b>                                                                          |                | <b>157,65</b> | <b>1 475</b> | <b>45,76</b> | <b>50,30</b> | <b>197,36</b> |          |