

УТВЕРЖДАЮ:  
АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

СОГЛАСОВАНО:  
МОБУ СОШ



**МЕНЮ**  
на 02.09.2022 (пятница)

| Наименование                                                                            | Вес<br>блюда<br>(гр) | Цена,<br>(руб.) | Энерг<br>цен. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | № рец  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------|
| <b>Завтрак 1 СМЕНА- ОВ31-4,обуч 1-4,ММС 1-4; 2 СМЕНА ОВ3 1-4 (полдник)</b>              |                      |                 |               |              |              |               |        |
| 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         |        |
| <b>Итого за Завтрак</b>                                                                 | <b>540</b>           | <b>59,76</b>    | <b>553</b>    | <b>20,39</b> | <b>26,19</b> | <b>65,08</b>  |        |
| <b>1 СМЕНА-Обед ОВ3 1-4; 2 СМЕНА ММС 1-4,ОБУЧ 1-4</b>                                   |                      |                 |               |              |              |               |        |
| 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    |
| Картофель отварной с маслом                                                             | 160                  |                 | 155           | 5,20         | 5,62         | 23,04         | 136    |
| Борщ со свежей капустой и картофелем                                                    | 200                  |                 | 145           | 1,79         | 4,36         | 8,92          | 56     |
| Биточки из мяса цыпленка-бройлера                                                       | 100                  |                 | 163           | 14,50        | 8,40         | 11,50         |        |
| Напиток яблочный(2вар)                                                                  | 200                  |                 | 67            |              |              | 17,60         | 282    |
| <b>Итого за Обед</b>                                                                    | <b>740</b>           | <b>67,12</b>    | <b>740</b>    | <b>24,90</b> | <b>19,26</b> | <b>94,02</b>  |        |
| <b>Итого за 02.09.2022</b>                                                              |                      | <b>126,88</b>   | <b>1 293</b>  | <b>45,29</b> | <b>45,45</b> | <b>159,10</b> |        |
| <b>Завтрак 1 СМЕНА- ОВ35-11,обуч 5-11,ММС 5-11; 2 СМЕНА ОВ3 5-11 (полдник),ТЖС 5-11</b> |                      |                 |               |              |              |               |        |
| 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         |        |
| <b>Итого за Завтрак</b>                                                                 | <b>560</b>           | <b>67,21</b>    | <b>570</b>    | <b>20,91</b> | <b>27,38</b> | <b>67,86</b>  |        |
| <b>1 СМЕНА-Обед ОВ3 5-11; 2 СМЕНА ММС 5-11,ОБУЧ 5-11, ТЖС 5-11</b>                      |                      |                 |               |              |              |               |        |
| Хлеб ржаной(пшеничный)                                                                  | 40                   |                 | 116           | 1,20         | 0,48         | 13,64         | 0001   |
| Хлеб пшеничный (для детского питания)                                                   | 50                   |                 | 118           | 2,75         | 0,50         | 24,15         | 114    |
| Картофель отварной с маслом                                                             | 190                  |                 | 184           | 6,18         | 6,67         | 27,36         | 136    |
| Борщ со свежей капустой и картофелем                                                    | 260                  |                 | 189           | 2,33         | 5,67         | 11,60         | 56     |
| Биточки из мяса цыпленка-бройлера                                                       | 100                  |                 | 163           | 14,50        | 8,40         | 11,50         |        |
| Напиток яблочный(2вар)                                                                  | 200                  |                 | 67            |              |              | 17,60         | 282    |
| <b>Итого за Обед</b>                                                                    | <b>840</b>           | <b>77,54</b>    | <b>837</b>    | <b>26,96</b> | <b>21,72</b> | <b>105,85</b> |        |
| <b>Итого за 02.09.2022</b>                                                              |                      | <b>144,75</b>   | <b>1 407</b>  | <b>47,87</b> | <b>49,10</b> | <b>173,71</b> |        |