

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аминева Олеся Юрьевна



СОГЛАСОВАНО

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАРМАКАЛИНСКИЙ РАЙОН
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

МЕНЮ

на 18.10.2021 понедельник

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг. цен.	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак ОБЗ 1-4					
Яйца варенные	1 шт	63	5.08	4.60	0.28
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Огурец свежий (попийями)	60	14	0.17	0.05	1.34
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0.10		8.70
Макароны отварные с сыром	165	269	10.18	11.73	29.52
Стоимость питания (руб) 57.43		473	17.93	16.78	59.84
Обед ОБЗ 1-4					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Хлеб пшеничный (пшеничный)	40	116	2.64	0.48	13.64
Суп крестьянский с капустой	200	87	1.80	4.08	10.10
Напиток яблочный	200	67			17.60
Пюре из картофеля	180	371	14.00	18.00	39.00
Помидоры свежие	60	18	0.48	0.01	2.08
Стоимость питания (руб) 64.23		752	21.32	22.97	102.42
Итого за день - стоимость (руб) 121.66		1225	39.25	39.75	162.26
завтрак ОБЗ 5-11					
Яйца варенные	1 шт	63	5.08	4.60	0.28
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Макароны отварные с сыром	200/30/10	388	14.90	16.80	43.00
Огурец свежий (попийями)	60	14	0.17	0.05	1.34
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0.10		8.70
Стоимость питания (руб) 64.32		592	22.65	21.85	73.32
Обед ОБЗ 5-11					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Хлеб пшеничный (пшеничный)	40	116	2.64	0.48	13.64
Суп крестьянский с капустой	250	109	2.25	5.10	12.63
Напиток яблочный	200	67			17.60
Пюре из картофеля	250	515	19.44	25.00	54.17
Помидоры свежие	100	30	0.80	0.02	3.42
Стоимость питания (руб) 74.2		930	27.53	31.00	121.50
Итого за день - стоимость (руб) 138.52		1522	50.18	52.85	194.82
завтрак ММС 1-4 (первая смена)					
Яйца варенные	1 шт	63	5.08	4.60	0.28
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Огурец свежий (попийями)	60	14	0.17	0.05	1.34
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0.10		8.70
Макароны отварные с сыром	165	269	10.18	11.73	29.52
Стоимость питания (руб) 57.43		473	17.93	16.78	59.84
Обед ММС 1-4 (вторая смена)					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Хлеб пшеничный (пшеничный)	40	116	2.64	0.48	13.64
Суп крестьянский с капустой	200	87	1.80	4.08	10.10
Напиток яблочный	200	67			17.60
Пюре из картофеля	180	371	14.00	18.00	39.00
Помидоры свежие	60	18	0.48	0.01	2.08
Стоимость питания (руб) 64.23		752	21.32	22.97	102.42
завтрак обучающихся 1-4 (первая смена)					
Яйца варенные	1 шт	63	5.08	4.60	0.28
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Огурец свежий (попийями)	60	14	0.17	0.05	1.34
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0.10		8.70
Макароны отварные с сыром	165	269	10.18	11.73	29.52
Стоимость питания (руб) 57.43		473	17.93	16.78	59.84
Обед обучающихся 1-4 (первая смена)					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Хлеб пшеничный (пшеничный)	40	116	2.64	0.48	13.64
Суп крестьянский с капустой	200	87	1.80	4.08	10.10
Напиток яблочный	200	67			17.60
Пюре из картофеля	180	371	14.00	18.00	39.00
Помидоры свежие	60	18	0.48	0.01	2.08
Стоимость питания (руб) 64.23		752	21.32	22.97	102.42
завтрак ММС 5-11 (первая смена)					
Яйца варенные	1 шт	63	5.08	4.60	0.28
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00

Макароны отварные с сыром	200/30/10	388	14.90	16.80	43.00
Огурец свежий (попийями)	60	14	0.17	0.05	1.34
Чай из соевой смеси с витаминами	200	34	0.10		8.70
Стоимость питания (руб) 64.32		592	22.65	21.85	73.32
Обед ММС 5-11 (вторая смена)					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Хлеб пшеничный (пшеничный)	40	116	2.64	0.48	13.64
суп крестьянский с крупой	250	109	2.25	5.10	12.63
Напиток яблочный	200	67			17.60
Пюре из птицы	250	515	19.44	25.00	54.17
Помидоры свежие	100	30	0.80	0.02	3.47
Стоимость питания (руб) 74.2		930	27.53	31.00	121.50
Завтрак ТЖС 5-11 (первая смена)					
Яйца вареные	1 шт	63	5.08	4.60	0.28
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Макароны отварные с сыром	200/30/10	388	14.90	16.80	43.00
Огурец свежий (попийями)	60	14	0.17	0.05	1.34
Чай из соевой смеси с витаминами	200	34	0.10		8.70
Стоимость питания (руб) 64.32		592	22.65	21.85	73.32
Обед ТЖС 5-11 (вторая смена)					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Хлеб пшеничный (пшеничный)	40	116	2.64	0.48	13.64
суп крестьянский с крупой	250	109	2.25	5.10	12.63
Напиток яблочный	200	67			17.60
Пюре из птицы	250	515	19.44	25.00	54.17
Помидоры свежие	100	30	0.80	0.02	3.47
Стоимость питания (руб) 74.2		930	27.53	31.00	121.50
Завтрак обучающихся 5-11 (первая смена)					
Яйца вареные	1 шт	63	5.08	4.60	0.28
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Макароны отварные с сыром	200/30/10	388	14.90	16.80	43.00
Огурец свежий (попийями)	60	14	0.17	0.05	1.34
Чай из соевой смеси с витаминами	200	34	0.10		8.70
Стоимость питания (руб) 64.32		592	22.65	21.85	73.32
Обед обучающихся 5-11 (вторая смена)					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	93	2.40	0.40	20.00
Хлеб пшеничный (пшеничный)	40	116	2.64	0.48	13.64
суп крестьянский с крупой	250	109	2.25	5.10	12.63
Напиток яблочный	200	67			17.60
Пюре из птицы	250	515	19.44	25.00	54.17
Помидоры свежие	100	30	0.80	0.02	3.47
Стоимость питания (руб) 74.2		930	27.53	31.00	121.50