

Ежедневное МЕНЮ

06.05.2024



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ "СОШ107"
Малько Г.Н.

Документов

1-4 Класс

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	акт	Горячий бутерброд с сыром	70		193	8,50	12,00	18,65
	гор.блюдо	174	Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом	250		314	10,43	10,14	47,75
	гор.напиток	685	Чай с молоком	200		89	1,66	1,27	17,44
				520	78,00 Р	596	20,59	23,41	83,84
Обед	1 блюдо	139	Суп картофельный с горохом	200		112	4,76	3,35	15,65
	2 блюдо	256	Мясо тушеное	90		210	11,89	16,52	2,35
	гарнир	510	Каша гречневая вязкая	150		147	4,63	5,01	20,83
	гор.напиток	686	Чай с сахаром и лимоном	200		64	0,26	0,03	15,25
	хлеб	акт	Батон школьный	50		166,9	4,10	2,00	29,10
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
				720	97,00 Р	662,90	23,13	24,31	82,23

5-11 Класс

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		179	Голень куриная	180		415	21,39	17,50	41,16
		510	Каша гречневая вязкая	150		16	0,80	0,00	3,40
		685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
		Итого		580	115,00 Р	610	26,19	17,97	85,51
Обед		139	Суп картофельный с горохом	250		140	5,95	4,19	19,56
		179	Пельмени отварные	210		415	21,39	17,50	41,16
		71	Овощи по сезону	100		16	0,8	0	3,4
		685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
		Итого		840	140,00 Р	825	34,39	22,91	119,77

Дети из многодетных семей

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		акт	Котлета из птицы с соусом	100		189	8,23	9,45	12,18
		510	Каша гречневая вязкая	200		176	5,55	6,01	25,01
		685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
	Итого		550	85,00 Р	544	17,78	15,93	78,14	
Обед		139	Суп картофельный с горохом	250		140	5,95	4,19	19,56
		акт	Котлета из птицы с соусом	100		189	8,23	9,45	12,18
		510	Каша гречневая вязкая	200		176	5,55	6,01	25,01
		685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
	Итого		830	85,00 Р	759	25,98	20,87	112,4	

Дети с ОВЗ

	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	174	Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом	250		314	10,43	10,14	47,75	
	685	Чай с молоком	200		89	1,66	1,27	17,44	
	акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95	
	Итого		500		521	15,89	11,86	91,14	
Обед		139	Суп картофельный с горохом	250		140	5,95	4,19	19,56
		акт	Котлеты из птицы с соусом	100		189	8,23	9,45	12,18
		510	Каша гречневая вязкая	200		196	6,17	6,68	27,78
		686	Чай с сахаром и лимоном	200		64	0,26	0,03	15,25
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,70
		Итого		830		782	26,66	21,55	115,42
Полдник	685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15	
	428	Булочка школьная	100		123	3,41	1,33	24,5	
		Йогурт "Нежный"	100		94	2,5	1,2	18,1	
	Итого		400		278	6,11	2,55	57,6	

Зав. производством

[Подпись]

Ежедневное МЕНЮ

07.05.2024



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "СОШ 107"

Машков Г.Н.
Документ №

1-4 Класс

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	акт	Пудинг из птицы с соусом	90		159	12,56	6,03	7,42
	гор.блюдо	516	Макаронные изделия отварные	180		255	6,98	5,39	44,5
	гор.напиток	акт	Напиток фруктово-ягодный	200		94	0,2	0,2	22,8
	хлеб	акт	Батон школьный	30		100	2,4	1,2	17,4
				500	78,00 Р	608	22,14	12,82	92,12
Обед	1 блюдо	132	Рассольник ленинградский со сметаной	200		104	1,91	3,71	14,11
	2 блюдо	акт	Пудинг из птицы с соусом	90		159	12,56	6,03	7,42
	гарнир	516	Макаронные изделия отварные	150		212	5,82	4,49	37,08
	гор.напиток	акт	Напиток фруктово-ягодный	200		94	0,2	0,2	22,8
	хлеб	акт	Батон школьный	50		166,9	4,10	2,00	29,10
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
					720	97,00 Р	706,90	24,93	13,47

5-11 Класс

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		акт	Рыба, запеченная с соусом	100		173	10,33	20,9	4,7
		512	Рис припущенный	180		251	4,46	5,2	46,7
		акт	Булочка комплексная	50		64	4,4	1,1	25,15
		акт	Напиток фруктово-ягодный	200		94	0,2	0,2	22,8
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
		Итого			580	115,00 Р	700	23,19	27,85
Обед		132	Рассольник ленинградский со сметаной	250		130	2,39	4,64	17,64
		акт	Рыба, запеченная с соусом	100		173	10,33	20,9	4,7
		512	Рис припущенный	180		251	4,46	5,2	46,7
			Мучное изделие	50		64	4,4	1,1	25,15
		акт	Напиток фруктово-ягодный	200		94	0,2	0,2	22,8
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
		Итого			860	140,00 Р	905	27,83	33,24

Дети из многодетных семей

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак		акт	Рыба, запеченная с соусом	100		173	10,33	20,9	4,7	
		512	Рис припущенный	180		251	4,46	5,2	46,7	
		акт	Напиток фруктово-ягодный	200		94	0,2	0,2	22,8	
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95	
	Итого			530	85,00 Р	636	18,79	26,75	100,15	
Обед		132	Рассольник ленинградский со сметаной	250		130	2,39	4,64	17,64	
		акт	Рыба, запеченная с соусом	100		173	10,33	20,9	4,7	
		512	Рис припущенный	180		251	4,46	5,2	46,7	
		акт	Напиток фруктово-ягодный	200		94	0,2	0,2	22,8	
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95	
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7	
		Итого			810	85,00 Р	841	23,43	32,14	132,49

Дети с ОВЗ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Таб.4	Каша молочная пшеничная с маслом	180		277	9,6	4,55	49,33
685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
акт	Батон школьный	30		105,5	3,4	0,4	15,57
Итого		410		443,5	13,2	4,97	79,9
132	Рассольник ленинградский со сметаной	250		130	2,39	4,64	17,64
акт	Пудинг из птицы с соусом	120		176	16,75	8,04	9,89
512	Рис припущенный	180		251	4,46	5,2	46,7
акт	Напиток фруктово-ягодный	200		94	0,20	0,20	22,80
акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
	Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,70
Итого		830		844	29,85	19,28	137,68
685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
	Мучное изделие	50		64	4,4	1,1	25,15
Итого		250		125	4,6	1,12	40,15

Производством

Ежедневное МЕНЮ

08.05.2024



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "СОШ107"

Малько Г.Н.



1-4 Класс

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	462	Тефтели (2в) с соусом	110		173	8,49	12,75	11,04
	гор.блюдо	акт	Сложный овощной гарнир	160		197	4,64	11,68	22,72
	гор.напиток	акт	Компот из смеси сухофруктов	200		124	0,6	0,06	29,79
	хлеб	акт	Батон школьный	30		100	2,4	1,2	17,4
					500	78,00 Р	594	16,13	25,69
Обед	1 блюдо	148	Суп- лапша домашняя	200		103	2,35	3,91	14,2
	2 блюдо	462	Тефтели (2в) с соусом	120		189	9,26	13,91	12,04
	гарнир	акт	Сложный овощной гарнир	160		197	4,64	11,68	22,72
	гор.напиток	акт	Компот из смеси сухофруктов	200		124	0,60	0,06	29,79
	хлеб	акт	Батон школьный	50		166,9	4,1	2	29,1
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
					760	97,00 Р	854,9	23,2	32,31

5-11 Класс

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		103	Котлеты студенческие	100		200	12,9	15,28	11,4
		520	Пюре картофельное	150		163	3,15	6,75	21,9
		акт	Компот из смеси сухофруктов	200		124	0,6	0,06	29,79
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Булочка комплексная	50		64	4,4	1,1	25,15
		Итого			550	115,00 Р	669	24,85	23,64
Обед		148	Суп-лапша домашняя	250		129	2,94	4,89	17,75
		103	Котлеты студенческие	100		200	12,9	15,28	11,4
		520	Пюре картофельное	150		163	3,15	6,75	21,9
		71	Овощи по сезону	100		16	0,8	0	3,4
		акт	Компот из смеси сухофруктов	200		124	0,6	0,06	29,79
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
		Итого			530	140,00 Р	825	26,44	28,18

Дети из многодетных семей

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		462	Тефтели (2в) с соусом	110		173	8,49	12,75	11,04
		520	Пюре картофельное	180		175	3,91	5,86	26,46
		акт	Компот из смеси сухофруктов	200		124	0,6	0,06	29,79
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
		Итого			540	85,00 Р	590	16,8	19,12
Обед		148	Суп-лапша домашняя	250		129	2,94	4,89	17,75
		462	Тефтели (2в) с соусом	110		173	8,49	12,75	11,04
		520	Пюре картофельное	150		163	3,15	6,75	21,9
		акт	Компот из смеси сухофруктов	200		124	0,6	0,06	29,79
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,7
	Итого			790	85,00 Р	782	21,23	25,65	121,13

Дети с ОВЗ

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		Таб 4	Каша молочная рисовая с маслом	180		235	5,41	6,24	39,28
		685	Чай с сахаром	180		55	0,18	0,02	13,54
		акт	Батон школьный	30		105,5	3,4	0,4	15,57
		Итого			390		395,5	8,99	6,66
Обед			Суп-лапша домашняя	250		129	2,94	4,89	17,75
		103	Котлеты студенческие	100		200	12,9	15,28	11,4
		520	Пюре картофельное	150		163	3,15	6,75	21,9
		акт	Компот из смеси сухофруктов	200		124	0,6	0,06	29,79
		акт	Батон школьный	50		118	3,8	0,45	25,95
			Хлеб ржаной	30		75	2,25	0,75	14,70
		Итого			780		809	25,64	28,18
Полдник		685	Чай с сахаром	200		61	0,2	0,02	15
		428	Булочка школьная	100		123	3,41	1,33	24,5
			Йогурт "Нежный"	100		94	2,5	1,2	18,1
	Итого			400		278	6,11	2,55	57,6

ав. производством