

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №85
 Я.С. Поддубная (должность)
 (ФИО)
 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Трест общественного питания"
 И.Д. Аюбиев (должность)
 (ФИО)
 (дата)

МАОУ СОШ № 85



Меню двухразового питания (Завтрак, обед)08-10.04.2024 (5-11 класс)

Возрастная категория: Школьники 5-11 класс

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена, руб |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|----------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| 08.04.2024 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая вязкая с маслом сливочным | 250 | 3,63 | 4,75 | 43,00 | 431,25 | 9/4 | 47,19 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36 | 11/10 | 7,38 |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 |
| | Плоды свежие (яблоки) | 140 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 112 | 38,76 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 620 | 7,55 | 6,35 | 86,33 | 570,65 | | 98,74 |
| ОБЕД | Борщ со сметаной | 250 | 2,25 | 5,38 | 10,75 | 101,25 | 2/2 | 22,73 |
| | Котлеты из кури 100/20 | 120 | 11,23 | 8,71 | 11,14 | 264,35 | 412 | 80,73 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,79 | 0,81 | 34,85 | 173,88 | 291 | 15,84 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,50 | 0,00 | 27,00 | 110 | 508 | 11,12 |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | 72,4 | 110 | 2,4 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 840 | 26,83 | 16,58 | 121,67 | 843,63 | | 138,23 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1460 | 35,18 | 23,03 | 210,50 | 1428,28 | | 236,97 |
| 09.04.2024 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Пудинг из творога | 200 | 29,20 | 21,00 | 41,80 | 474 | 17/5 | 68,11 |
| | Молоко сгущенное | 30 | 3,60 | 4,25 | 27,75 | 164 | 481 | 14,08 |
| | Булочка | 80 | 6,40 | 3,34 | 34,94 | 196 | 575 | 7,27 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,02 | 58,76 | 493 | 3,87 |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 560 | 42,82 | 29,79 | 143,84 | 1014,51 | |
| ОБЕД | Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом | 100 | 1,17 | 8,17 | 5,83 | 101,67 | 23/1 | 21,91 |
| | Суп картофельный с бобовыми с гренками 250/10 | 260 | 6,24 | 5,08 | 25,24 | 173,8 | 17/2 | 15,94 |
| | Плов из мяса кур | 200 | 19,12 | 17,44 | 32,96 | 368 | 4/9 | 85,19 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36 | 11/10 | 7,38 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | 72,4 | 110 | 2,4 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 850 | 32,69 | 32,37 | 111,16 | 873,62 | | 138,23 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1430 | 75,51 | 62,16 | 255,00 | 1888,13 | | 236,97 |
| 10.04.2024 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша "Дружба" | 250 | 6,58 | 14,57 | 31,32 | 282,75 | 260 | 46,08 |
| | Хлеб с маслом и сыром | 60 | 5,55 | 7,34 | 15,66 | 152,22 | 4/13 | 39,87 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36 | 11/10 | 7,38 |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 550 | 15,65 | 23,11 | 80,51 | 592,72 | | 98,74 |
| ОБЕД | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 2,00 | 3,25 | 8,25 | 70 | 6/2 | 21,8 |
| | Запеканка картофельная с отварным мясом(свинина) | 200 | 14,33 | 29,41 | 20,18 | 403,51 | 95/1 | 87,67 |
| | Соус красный основной | 50 | 0,73 | 1,21 | 4,64 | 32,35 | 456 | 3,45 |
| | Компот из апельсинов с яблоками | 200 | 0,50 | 0,20 | 22,20 | 93 | 510 | 18,5 |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | 72,4 | 110 | 1,4 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 990 | 40,40 | 73,71 | 111,32 | 1274,61 | | 138,23 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1540 | 56,05 | 96,82 | 191,83 | 1867,33 | | 236,97 |

СОГЛАСОВАНО

Директор MAOY COШ №85
 Я.С. Поддубная (должность)
 (ФИО)
 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Трест общественного питания"
 И.Д. Афоничев (должность)
 (ФИО)
 (дата)

MAOY COШ № 85

Меню двухразового питания (завтрак, обед) 11-13.04.2024 (5-11 класс)

| Возрастная категория: | | Школьники 5-11 класс | | | | | | Цена, руб | |
|-----------------------|---|----------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| 11.04.2024 | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Горошек консервированный | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 9,6 | 106 | 14,24 | |
| | Омлет натуральный | 180 | 14,13 | 16,31 | 5,78 | 224,87 | 77 | 50,52 | |
| | Булочка Гребешок | 60 | 7,68 | 1,76 | 44,96 | 227,2 | 566 | 24,7 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,02 | 58,76 | 493 | 3,87 | |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 550 | 25,87 | 19,35 | 91,61 | 642,18 | | 98,74 |
| ОБЕД | Икра свекольная или морковная (морковная) | 100 | 2,40 | 7,10 | 10,40 | 115 | 119 | 21,56 | |
| | Суп из овощей со сметаной | 250 | 2,00 | 6,50 | 20,38 | 208,75 | 14/2 | 20,28 | |
| | Гуляш (1-й вариант) | 100 | 18,50 | 9,49 | 3,17 | 172,47 | 367 | 69,76 | |
| | Каша гречневая вязкая | 180 | 5,49 | 4,86 | 24,03 | 163,8 | 3/4 | 11,44 | |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36 | 11/10 | 7,38 | |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | 72,4 | 110 | 2,4 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 920 | 29,06 | 24,77 | 81,08 | 890,17 | | 138,23 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1470 | 54,93 | 44,12 | 172,69 | 1532,35 | | 236,97 | |
| 12.04.2024 | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 250 | 8,00 | 9,25 | 34,00 | 352,5 | 8/4 | 46,53 | |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | 61 | 494 | 7,38 | |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 | |
| | Плоды свежие (мандарин) | 120 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | 112 | 39,42 | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 600 | 12,32 | 10,65 | 81,03 | 573,25 | | 98,74 |
| ОБЕД | Суп-лапша на курином бульоне | 250 | 2,37 | 3,50 | 13,88 | 197,5 | 20/2 | 23,29 | |
| | Суфле из кур с рисом | 100 | 13,90 | 13,62 | 5,05 | 193,33 | 409 | 73,53 | |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,73 | 5,04 | 24,71 | 162 | 3/3 | 22,32 | |
| | Компот из свежемороженых ягод | 200 | 0,20 | 0,08 | 17,42 | 69,44 | 123 | 11,28 | |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | 72,4 | 110 | 2,4 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | | 920 | 27,06 | 24,02 | 101,49 | 830,42 | | 138,23 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1520 | 39,38 | 34,67 | 182,52 | 1403,67 | | 236,97 | |
| 13.04.2024 | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша ячневая вязкая с маслом сливочным | 250 | 8,00 | 14,25 | 44,70 | 339 | 255 | 47,81 | |
| | Хлеб с маслом и сыром | 60 | 5,12 | 5,22 | 0,00 | 68,6 | 100 | 41,65 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,02 | 58,76 | 493 | 3,87 | |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 520 | 16,74 | 20,67 | 84,05 | 588,11 | | 98,74 |
| ОБЕД | Суп-пюре из картофеля с гренками | 260 | 3,98 | 3,33 | 20,12 | 228,8 | 25/2 | 27,97 | |
| | Рыба, тушенная с овощами | 100 | 9,67 | 5,25 | 4,08 | 101,67 | 4/7 | 61,69 | |
| | Рис припущенный | 180 | 4,25 | 7,25 | 38,88 | 237,78 | 415 | 22,69 | |
| | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 1,40 | 0,00 | 29,00 | 122 | 503 | 18,07 | |
| | Батон | 50 | 3,42 | 1,20 | 24,33 | 121,75 | 544/1 | 5,41 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | 72,4 | 110 | 2,4 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 830 | 25,36 | 17,51 | 130,01 | 884,4 | | 138,23 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1350 | 42,10 | 38,18 | 214,06 | 1472,51 | | 236,97 | |