

Согласовано:
 Директор ООО "Школьник"
 Д.В.Оськин



СОШ № 11
 И. Симбирева

МЕНЮ
 на 20 января 2023 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | | № рец. |
|-------------------|-------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | Углеб. | Ккал | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1-4 класс | | | | | | | |
| Завтрак 1 | Каша рисовая молочная жидкая | 180 ✓ | 4,4 | 10,7 | 25,3 | 23,4 | П, 268 |
| | Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,6 | 16,7 | 10 | 197,0 | М.1 |
| | Какао с молоком (2-й вариант) | 200 | 5,0 | 4,4 | 31,7 | 186,0 | П. 497 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | Фрукт сезонного значения | 1 шт | 0,4 | 0,74 | 9,8 | 47,0 | 9.1.4.7 |
| | Кондитерское изделие ✓ | 1 шт | 1,35 | 1,2 | 17,1 | 87,0 | 11.1.1.11 |
| | ИТОГО | | | 14,1 | 34,0 | 100,6 | 575,2 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 88,88 |
| Обед 1 | Салат из свеклы с яблоками | 90 ✓ | 1,1 | 4,8 | 10,1 | 89,1 | П, 60 |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 2,1 | 5,3 | 16,3 | 121,3 | П.134 |
| | сметана 15% жирности | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16,0 | 1.4.2.1. |
| | Курица отварная | 20 ✓ | 3,1 | 2,3 | 0,09 | 4,8 | М487 |
| | Тефтели с рисом ("ёжики") | 90/30 | 11,4 | 18,4 | 13,7 | 265,2 | П, 390, 436 |
| | Гороховое пюре | 170 ✓ | 16,5 | 5,1 | 32,96 | 243,9 | П.418 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | П, 493 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 47,0 | П. 108 |
| | ИТОГО | | | 37,3 | 37,8 | 105,0 | 882,1 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 88,88 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 51,4 | 71,7 | 205,6 | 1457,3 | |
| 5-11 класс | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | 4,9 | 11,9 | 28,1 | 256,0 | П, 268 |
| | Какао с молоком (2-й вариант) | 200 | 5,0 | 4,4 | 31,7 | 186,0 | П. 497 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | 5.1.5 |
| | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | П. 111 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | Сыр порционный | 10 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 54,6 | П. 100 |
| | ИТОГО | | | 16,3 | 28,8 | 76,9 | 649,8 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 60,00 |
| Обед 2 | Салат из свеклы с яблоками | 110 ✓ | 1,3 | 5,9 | 12,4 | 108,9 | П, 60 |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 2,1 | 5,3 | 16,3 | 121,3 | П.134 |
| | сметана 15% жирности | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16,0 | 1.4.2.1. |
| | Тефтели с рисом ("ёжики") | 90/30 | 11,4 | 18,4 | 13,7 | 265,2 | П, 390, 436 |
| | Гороховое пюре | 220 ✓ | 21,3 | 6,6 | 42,7 | 315,7 | П.418 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | П, 493 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 47,0 | П. 108 |
| | ИТОГО | | | 39,2 | 38,1 | 116,9 | 968,9 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 85,00 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 55,5 | 66,8 | 193,8 | 1618,7 | |

Бухгалтер