

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

Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №11
 Н.С.Симбирева

МЕНЮ
 на 31 января 2023 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещ-ва (г) | | | Энергетическая ценность, ккал | № рец. | |
|----------------------|--------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| 1-4 класс | | | | | | | | |
| Завтрак 1 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 7,4 | 8,5 | 22,9 | 197,0 | П.165 | |
| | Яйцо вареное | 1 шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 62,8 | П.300 | |
| | Какао с молоком (2-й вариант) | 200 | 4,9 | 5,0 | 32,7 | 195,7 | П. 497 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 | |
| | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | П. 111 | |
| | Масло сливочное | 10 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 99,0 | 5.1.5 | |
| | Фрукт сезонного значения | 1 шт | 0,4 | 0,74 | 9,8 | 47,0 | 9.1.4.7 | |
| | Кондитерское изделие ✓ | 1 шт | 0,6 | 4,0 | 9,9 | 78,4 | 11.1.1.2 | |
| | ИТОГО | | | 21,3 | 34,5 | 92,7 | 767,1 | |
| ЦЕНА, руб | | | | | | | 88,88 | |
| Обед 1 | Салат из белокачанной капусты | 100 ✓ | 2,1 | 10,1 | 9,3 | 136,1 | П.1 | |
| | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167,0 | М.139 | |
| | Курица отварная | 15 | 2,3 | 1,7 | 0,07 | 36,5 | М487 | |
| | Голубцы ленивые | 100 ✓ | 8,4 | 8,3 | 4,0 | 125,0 | П. 372 | |
| | Рис отварной | 150 | 3,7 | 6,1 | 33,8 | 204,6 | П.414 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,2 | 0,0 | 31,6 | 106,0 | М, 638 | |
| | 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 | | | 26,7 | 32,2 | 117,6 | 857,0 | |
| ЦЕНА, руб | | | | | | | 88,88 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 48,0 | 66,7 | 210,3 | 1624,1 | | |
| 5-11 класс | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 ✓ | 7,4 | 8,5 | 22,9 | 197,0 | П.165 | |
| | Яйцо вареное | 1 шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 62,8 | П.300 | |
| | Какао с молоком (2-й вариант) | 200 | 4,9 | 5,0 | 32,7 | 195,7 | П. 497 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 | |
| | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | П. 111 | |
| | Масло сливочное | 10 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 99,0 | 5.1.5 | |
| | ИТОГО | | | 20,3 | 29,8 | 73,0 | 641,7 | |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | | 60,00 |
| Обед 2 | Салат из белокачанной капусты | 100 | 2,1 | 10,1 | 9,3 | 136,1 | П.1 | |
| | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167,0 | М,139 | |
| | Голубцы ленивые | 100 | 8,4 | 8,3 | 4,0 | 125,0 | П, 372 | |
| | Рис отварной | 190 ✓ | 4,6 | 7,7 | 42,9 | 259,1 | П.414 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,2 | 0,0 | 31,6 | 106,0 | М, 638 | |
| | 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 | | | 25,3 | 32,1 | 126,6 | 875,0 | |
| ЦЕНА, руб | | | | | | | 85,00 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 45,6 | 61,9 | 199,6 | 1516,7 | | |

Бухгалтер



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



Директор МБОУ СОШ № 11
 С.Н.Симбирева

МЕНЮ
 на 01 февраля 2023 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещ-ва (г) | | | Энерг.ценность, ккал | № рец. |
|-------------------|---------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1-4 класс | | | | | | | |
| Завтрак 1 | Запеканка из творога | 110 ✓ | 26,4 | 27,7 | 26,3 | 467,5 | П. 313 |
| | Молоко сгущеное | 10 | 0,7 | 0,9 | 5,6 | 32,8 | П. 481 |
| | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" | 150 | 6,5 | 10,6 | 23,6 | 215,6 | П. 305 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60,0 | П. 493 |
| | Бутерброд с джемом | 20/5/35 | 1,2 | 12,5 | 7,5 | 147,0 | П.95 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | ИТОГО | | | 36,2 | 51,9 | 84,7 | 957,7 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 88,88 |
| Обед 1 | Винегрет овощной | 90 ✓ | 1,2 | 9,7 | 6,1 | 117,0 | М.71 |
| | Суп из овощей | 250 | 2,2 | 4,4 | 12,4 | 99,0 | М, 135 |
| | сметана 15% жирности | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16,0 | 1.4.2.1. |
| | Курица отварная | 15 | 2,3 | 1,7 | 0,07 | 36,5 | М487 |
| | Котлеты рыбные | 100 ✓ | 13,9 | 2,1 | 9,6 | 113,0 | П, 345 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,5 | 9,2 | 24,2 | 183,3 | М, 520 |
| | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96,0 | М,699 |
| | 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 | | | 26,3 | 29,0 | 94,4 | 742,6 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 88,88 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 62,4 | 80,9 | 179,1 | 1700,3 | |
| 5-11 класс | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" | 200 | 8,7 | 14,1 | 31,5 | 287,5 | П, 305 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 15 | 60,0 | П, 493 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 34,8 | П. 109 |
| | Батон нарезной | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | П. 111 |
| | Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2 л ✓ | 1 шт | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 11.1.1.16 |
| | ИТОГО | | | 11,6 | 14,9 | 63,5 | 434,7 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 60,00 |
| Обед 2 | Винегрет овощной | 100 | 1,3 | 10,8 | 6,8 | 130,0 | М.71 |
| | Суп из овощей | 250 | 2,2 | 4,4 | 12,4 | 99,0 | М, 135 |
| | сметана 15% жирности | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16,0 | 1.4.2.1. |
| | Котлеты рыбные | 100 | 13,9 | 2,1 | 9,6 | 113,0 | П, 345 |
| | Пюре картофельное | 180 | 4,2 | 11,1 | 29,1 | 220,0 | М, 520 |
| | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 25,2 | 96,0 | М,699 |
| | 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 | | | 24,8 | 30,3 | 100,0 | 755,8 |
| | ЦЕНА, руб | | | | | | 85,00 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 36,4 | 45,2 | 163,4 | 1190,5 | |

Бухгалтер