



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



Утверждаю
 Директор УБОУ СОШ № 11
 С.Н.Симбирева

МЕНЮ
 на 19 января 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг.ценность, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Каша гречневая вязка с молоком	160	7,3	10,3	26,1	266,4	П.248
	Омлет	75	7,5	12,5	1,4	148,6	П. 305
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79,0	П.501
	Бутерброд с сыром	20/15/5	4,7	7,9	7,3	123,0	М. 3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Кондитерское изделие	1 шт	1,6	6,6	10,7	107,6	11.1.1.16
	ИТОГО			25,6	40,2	68,1	759,4
	ЦЕНА, руб						88,88
Обед 1	Салат "Степной" из разных овощей	80	1,0	3,9	5,7	54,4	М.25,61
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	5	7,8	83,0	П. 142
	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 паровые из кур	90	13,5	11,6	10,1	203,1	П. 412
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	0,7	29	144,9	П. 291
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М. 639
	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			28,0	24,8	101,0	743,7
	ЦЕНА, руб						88,88
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		53,6	65,0	169,1	1503,1	
5-11 класс							
Завтрак 2	Омлет	160	13,9	21,3	3,6	228,8	П. 305
	Салат из свеклы	100	1,5	5,5	8,4	89,0	П.50
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79,0	П.501
	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
	ИТОГО			21,4	30,3	44,9	484,0
	ЦЕНА, руб						60,00
Обед 2	Салат "Степной" из разных овощей	100	1,4	3,6	7,2	68,0	М.25,61
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	5	7,8	83,0	П. 142
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Котлеты паровые из кур	90	13,5	11,6	10,1	203,1	П. 412
	Макаронные изделия отварные	180	6,8	0,8	34,8	173,9	П. 291
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М. 639
	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			27,2	22,9	108,2	749,8
	ЦЕНА, руб						85,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		48,6	53,2	153,1	1233,8	

Бухгалтер