

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

ПОНЕДЕЛЬНИК 20 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория старше 12 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергети- ческая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево- ды
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	Завтрак						
181	Каша молочная манная с маслом	205	24-99	284,38	5,98	10,47	41,39
348	Напиток из кураги	200	10-11	118,60	0,32	0,02	28,84
Н	Бутерброд с сыром колбасным	100	41-13	70,14	2,37	0,30	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
Н	Обед						
103	Суп с макаронными изделиями с говядиной тушеной	250	31-50	118,25	2,70	2,85	17,45
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	100	34-11	189,14	5,93	16,64	3,73
309	Макароны отварные	180	8-16	168,45	8,60	6,09	38,64
376	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	0,06	0,02	15,01
	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
73	Фрукт	100	29-28	100,28	1,64	4,31	8,72
	Итого	1440	188-86	1373,32	33,33	41,66	156,48

Согласовано _____



Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

ВТОРНИК 21 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория старше 12 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергети- ческая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево- ды
	ВТОРНИК						
	Завтрак						
210	Омлет натуральный	106	42-48	204,69	9,85	17,54	1,87
376	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	0,06	0,02	15,01
	Батон	30	3-97	69,00	1,69	0,33	0,72
418	Фрукт	150	30	228,00	4,5	3,75	6,30
	Обед						
158	Солянка из птицы	250	31-50	89,75	1,77	4,95	7,90
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	9-36	243,75	8,60	6,09	38,64
269	Котлета куриная с соусом	100	37-04	203,75	10,20	13,40	10,32
	Компот из сухофруктов	200	5-68				
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
	Сок фруктовый	200	21-70	100	2	3	1
	Итого	1491	188-86	1294,05	42,72	49,71	83,11

Согласовано

Утверждаю

ООО «ПНК»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

СРЕДА 22 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория старше 12 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	СРЕДА						
	Завтрак						
120	Суп молочный с макаронными изделиями	250	21-20	206,00	8,46	22,46	0,17
379	Компот из чернослива	200	12-52	100,60	3,16	2,68	15,94
442	Кондитерское изделие	50	15-43	118,40	6,96	9,96	17-80
209	Бутерброд с маслом и сыром колбасным	100	29-53	225,56	12,37	7,8	1,63
	ОБЕД						
96	Рассольник Ленинградский	250	22-50	107,25	2,03	5,10	12,00
234	Биточки рыбные с соусом	100	31-63	135,00	8,20	6,64	11,29
199	Пюре из бобовых с маслом	180	9-39	242,85	13,30	6,55	31,67
49	Салат из капусты	100	6-58	70,62	2,71	4,72	4,35
342	Компот из свежих ягод	200	8-91	116,60	0,44	0,16	28,20
	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
	Фрукт	100	26-27	100,00	0,40	0,40	9,80
	Итого	1560	188-86	1561,99	62,08	24,20	98,66

Согласовано

Утверждаю

ООО «ШиК»

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)**

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

ЧЕТВЕРГ 23 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория старше 12 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергети ческая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	ЧЕТВЕРГ						
	Завтрак						
173	Каша вязкая молочная с овсяной крупой	205	25-16	336,00	8,10	10,56	51,83
376	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	0,06	0,02	15,01
	Ряженка	150	47-32	271,00	9,60	13,84	26,90
	Батон	30	3-97	69,00	1,69	0,33	0,72
	Обед						
108	Суп картофельный с клецками	250	23-44	103,75	1,80	4,93	10,92
278	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	110	39-57	235,00	12,00	7,56	7,31
312	Пюре картофельное	180	22-11	137,25	3,06	4,80	20,45
638	Компот из изюма	200	10-28	130,00	0,34	0,02	23,00
	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
	Кондитерское изделие (печенье весовое)	40	9-88	118,40	6,96	9,96	17,80
	Итого	1440	188-86	1656,65	48,34	52,62	175,20

Согласовано

Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

ПЯТНИЦА 24 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория старше 12 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	ПЯТНИЦА						
	Завтрак						
223	Запеканка из творога (с джемом)	120	45-67	324,00	17,53	13,27	33,60
348	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	1,53	1,35	15,91
	Вафли весовые	20	7-78	118,40	6,96	9,96	17-80
417	Сок фруктовый	200	23	130,00	2	1	28,00
	Обед						
50	Салат из моркови с изюмом	100	10-12	54,74	0,82	0,06	7,69
112	Суп с макаронным изделиями и картофелем	250	19-57	109,00	2,57	2,78	15,70
290	Птица тушеная	100	45-69	159,00	12,66	8,76	3,81
309	Макаронные изделия отварные	180	8-16	168,45	5,52	4,51	26,44
71	Овощи свежие /хлеб ржано-пшеничный	80/30	21-96	140,97	0,42	0,06	1,14
376	Чай с сахаром	215	2-23	60,01	0,06	0,02	15,01
	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
	Итого	1540	188-86	1450,71	52,44	42,07	165,73