



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № _____



МЕНЮ
на 27 марта 2023 г.

День: **понедельник**

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Омлет с сыром 150г	211/2015	150	17,92	29,42	2,55	347,5	66,31
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	9,38
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	13,92
4	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,95
5	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,19
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,78
	Итого за Завтрак			28,52	44,21	44,8	689,07	112,53
Обед								
1	Салат из свежих помидоров 60г	22/2013	60	0,6	6,12	2,1	66	24,21
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,18
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	34,65
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	18,57
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,63
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	3,36
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,20
	Итого за Обед			24,11	21,91	85,59	638,62	98,80
Полдник								
1	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
2	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,83
	Итого за Полдник			8,34	3,7	49,36	264,1	25,58
	Итого за день			60,97	69,82	179,75	1 591,79	237,00

Калькулятор _____

Заведующая производством _____

Субдоговор № 1
 Генеральный директор ООО «Титан-2001»



Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № _____



МЕНЮ
 на 28 марта 2023 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	15,87
2	Каша манная молочная жидкая 200гр	262/2013	200	6,2	7,46	30,86	215,4	15,54
3	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	15,08
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	26,44
5	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,17
Итого за Завтрак				14,19	25,34	94,67	666,5	74,10
Обед								
1	Салат из свежих огурцов 60г	17/2013	60	0,42	6,06	1,2	61,2	25,98
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,81
3	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	81,78
4	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,33
5	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,13
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	1,79
Итого за Обед				25,61	29,26	85,52	690,37	124,82
Полдник								
1	Кефир 200 гр	516/2013	200	5,8	5	8	100	26,76
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	11,32
Итого за Полдник				11,6	9,86	44,12	311,63	38,08
Итого за день				51,4	64,46	224,31	1 668,5	237,00

Калькулятор _____
 Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 29 марта 2023 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Залежанка из творога со сгущенным молоком 150 /20	313/2013	150/20	25,44	26,9	35	490,6	80,83
2	Бутерброд с сыром 35 гр	91/2013	35	5	8,1	7,4	123	20,41
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	3,52
4	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,17
Итого за Завтрак				31,53	35,18	62,61	700,7	106,03
Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 60г 18-2009	24/2015	60	0,58	3,64	2,02	42,42	22,81
2	Суп картофельный с крупной рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,74
3	Котлета Московская 90 гр.	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	56,45
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	18,57
5	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	10,94
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,13
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,20
Итого за Обед				21,67	41,86	88,57	824,47	119,84
Полдник								
1	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,69
2	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,34
Итого за Полдник				7,5	3,7	44,15	239,94	11,03
Итого за день				60,7	80,74	195,33	1 765,11	237,00

Калькулятор _____
Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 30 марта 2023 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рецеп.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	35,64
2	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	9,46
3	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	15,87
4	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,95
5	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,17
6	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,09
Итого за Завтрак				24,53	30,17	88,49	729,05	107,18
Обед								
1	Салат из свежих помидоров 60г	22/2013	60	0,6	6,12	2,1	66	24,21
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,71
3	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	30,04
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	15,06
5	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,13
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,20
Итого за Обед				25,01	25,63	102,79	743,1	99,56
Полдник								
1	Кефир 200 гр	516/2013	200	5,8	5	8	100	26,76
2	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	3,50
Итого за Полдник				9,64	8,67	37,42	266,1	30,26
Итого за день				59,18	64,47	228,7	1 738,25	237,00

Калькулятор _____
Заведующая производством _____



Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № _____

МЕНЮ
 на 31 марта 2023 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша молочная пшениная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	16,53
2	Бутерброд с сыром 35 гр	91/2013	35	5	8,1	7,4	123	20,41
3	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	24,68
4	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	15,08
5	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,56
	Итого за Завтрак			19,92	23	101,18	719,4	78,26
Обед								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	9,83
2	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	23,77
3	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	42,81
4	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	14,22
5	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,69
6	Хлеб 53	109/2013	53	3,49	0,63	17,76	92,22	4,14
7	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,39
	Итого за Обед			29,86	38,34	95,66	849,01	104,85
Полдник								
1	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
2	Расстегай с мясом 75гр	353/2009	75	5,66	4,3	32,02	270,2	32,11
	Итого за Полдник			6,66	4,3	52,22	355	53,86
	Итого за день			56,44	65,64	249,06	1 923,41	237,00

Калькулятор
 Заведующая производством _____