Согласовано :
Генеральный директор ООО « Титан -2001»

Рыбин В.Н.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № _____

МЕНЮ
на 1 марта 2024 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 рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	15,19
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
3	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	26,66
4	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,47
5	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
6	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	18,99
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
	Итого за Завтрак			**18,85**	**29,54**	**97,01**	**729,62**	**97,44**
	2-й Завтрак							
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	20,25
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
3	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	9,81
4	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
5	Батон 29							3,70
	Итого за 2-й Завтрак			**14,1**	**24,7**	**64,23**	**534**	**60,00**
	Обед							
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	12,41
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,79
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	39,83
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	14,58
5	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	3,62
7	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	1,91
	Итого за Обед			**25,02**	**24,76**	**84,31**	**662,18**	**97,44**
	2-й Обед							
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	12,41
2	Щи из свежей капусты с картофелем,250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	6,72
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	39,83
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
6	Хлеб 33г	109/2013	33	2,18	0,39	11,02	57,42	2,78
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
	Итого за 2-й Обед			**23,72**	**25,81**	**76,67**	**635,48**	**85,00**
	Полдник							
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
2	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
	Итого за Полдник			**8,34**	**3,7**	**49,36**	**264,1**	**17,84**
	Буфет							
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	9,42
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,52
3	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	9,79
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	5,57
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,20
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					66,06
7	Рыба , тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,29
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
9	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,79
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,19
12	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	3,85
13	Пирожок с яблоками 75гр		75					13,06
	Итого за Буфет			**37,93**	**52,99**	**157,78**	**1 224,41**	**252,99**
	Диетическое питание							
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					62,44
2	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					10,92
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
	Итого за Диетическое питание			**0,1**		**15**	**60**	**74,23**
	Итого за день			**128,06**	**161,5**	**544,36**	**4 109,79**	**684,82**

Калькулятор _____

Заведующая производством _____

Согласовано :
Генеральный директор ООО « Титан -2001»

Рыбин В.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 4 марта 2024 г.

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Завтрак							
1	Каша "Дружба" 150	260/2013	150	3,94	8,74	18,79	169,65	16,73
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
3	Сыр порциями 25гр 366/2009	366/2009		8,7	11,07		136,5	23,77
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
5	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	12,41
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,68
7	Батон 48							6,12
	Итого за Завтрак			**18,28**	**33,62**	**61,76**	**603,75**	**97,44**
	2-й Завтрак							
1	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	22,29
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	12,41
3	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	18,99
4	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	6,38
	Итого за 2-й Завтрак			**16,86**	**21,73**	**66,66**	**508,2**	**60,00**
	Обед							
1	Салат из соленых огурцов с луком 60 гр		60					15,78
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,79
3	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	9,61
4	Котлета рубленная из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,78
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	3,62
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
	Итого за Обед			**27,18**	**21,53**	**97,96**	**696,32**	**97,44**
	2-й Обед							
1	Огурец соленый 40г	247/2009	40	0,44	0,04	0,92	52	10,65
2	Щи из свежей капусты с картофелем,250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	6,72
3	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,53
4	Котлета рубленная из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	2,94
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
	Итого за 2-й Обед			**27,82**	**21,61**	**90,02**	**713,4**	**85,00**
	Полдник							
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
2	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	11,13
	Итого за Полдник			**6,8**	**4,86**	**56,32**	**296,42**	**25,34**
	Буфет							
1	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	5,62
2	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	26,31
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	5,68
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	4,45
5	Суп картофельный с клецками 250/30 46/2009		250/30					10,42
6	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	45,84
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	39,83
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
9	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	18,88
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					7,21
	Итого за Буфет			**50,79**	**45,27**	**153,94**	**1 349,71**	**207,91**
	Диетическое питание							
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,36
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,47
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
	Итого за Диетическое питание			**10,36**	**9,41**	**59,49**	**363,66**	**57,70**
	Итого за день			**158,09**	**158,03**	**586,15**	**4 531,46**	**630,93**

Калькулятор

Заведующая производством _____

Согласовано :
Генеральный директор ООО « Титан -2001»
Рыбин В.Н.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 5 марта 2024 г.

.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Завтрак							
1	Запеканка из творогасо сгущенным молоком №366 /2004 100/10	366/2004	100/10	24,72	26,05	29,45	457,8	57,20
2	Чай с молоком, 200	495/2013	200	1,5	1,3	15,9	81	6,65
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
4	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,27
5	Батон 58	111/2013	58	5,8	1,68	29,81	151,96	7,40
6	Хлеб 22г	109/2013		1,51	0,27	7,68	40,02	1,85
	Итого за Завтрак			**37,09**	**40,97**	**82,97**	**850,78**	**97,44**
	2-й Завтрак							
1	Запеканка из творога №366 /2004 75/10	366/2004	75/10	13,67	14,55	25,81	310,9	44,04
2	Каша манная молочная жидкая 100гр.	262/2013	100	3,06	3,68	15,27	106,62	8,17
3	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
4	Батон 43							5,49
	Итого за 2-й Завтрак			**16,83**	**18,23**	**56,08**	**477,52**	**60,00**
	Обед							
1	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,52
2	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	22,30
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	36,18
4	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
5	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	3,87
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
	Итого за Обед			**27,94**	**37,2**	**78,82**	**761,24**	**97,44**
	2-й Обед							
1	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,52
2	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	22,30
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	36,18
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
5	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,36
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
	Итого за 2-й Обед			**26,65**	**37,13**	**71,62**	**726**	**85,00**
	Полдник							
1	Ряженка 200 г	516/2013	200	5,8	5	8	100	26,72
2	Булочка "Веснушка" 100гр		100	7,34	3,7	29,2	179,3	7,83
	Итого за Полдник			**13,14**	**8,7**	**37,2**	**279,3**	**34,55**
	Буфет							
1	Икра морковная 100гр 78/2004		100					10,22
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	9,42
3	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	9,79
4	Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г		350					11,31
5	Суп-лапша домашняя с куриной грудкой	56/2009	250/20	2,45	4,89	13,91	109,38	23,55
6	Котлета из говядины 100		100					78,50
7	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	39,88
8	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,79
9	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,53
10	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,09
11	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
12	Пирожок с яблоками 75гр		75					13,06
13	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
	Итого за Буфет			**40,79**	**40,59**	**163,19**	**1 181,52**	**268,52**
	Диетическое питание							
1	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					10,92
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					124,87
3	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,19
	Итого за Диетическое питание			**0,68**		**21,01**	**46,87**	**143,98**
	Итого за день			**163,12**	**182,82**	**510,89**	**4 323,23**	**786,94**

Калькулятор

Заведующая производством _____

Согласовано :
Генеральный директор ООО « Титан -2001»
Рыбин В.Н.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 6 марта 2024 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Завтрак							
1	Омлет натуральный 150гр	301/2013	150	12,92	20,07	3,45	244,61	58,36
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,27
3	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
5	Батон 48							6,12
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,26
	Итого за Завтрак			**17,61**	**35,54**	**23,65**	**483,71**	**97,44**
	2-й Завтрак							
1	Омлет натуральный 100гр	301/2013		8,65	13,44	163,86	188,35	38,97
2	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
4	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	5,74
5	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
	Итого за 2-й Завтрак			**12,49**	**21,97**	**203,13**	**437,55**	**60,00**
	Обед							
1	Салат из свеклы с яблоками 60 гр	60/2013	60	0,72	3,24	6,78	59,4	5,65
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25гр		250/25					22,48
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	42,05
4	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	12,82
5	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,19
6	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	4,21
7	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	1,91
	Итого за Обед			**43,13**	**15,59**	**93,81**	**930,86**	**97,44**
	2-й Обед							
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	9,42
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	5,57
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	42,05
4	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,36
5	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,19
6	Хлеб 52							4,37
	Итого за 2-й Обед			**42,86**	**20,98**	**93,44**	**980,52**	**85,00**
	Полдник							
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
2	Булочка ванильная 100		100					8,53
	Итого за Полдник			**1**		**20,2**	**84,8**	**22,74**
	Буфет							
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	12,41
2	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	9,63
3	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,52
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,79
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,20
6	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	47,91
7	Рыба , тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,29
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
9	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,09
10	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
11	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,65
12	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	12,63
13	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					37,88
	Итого за Буфет			**51,03**	**79,83**	**187,04**	**1 670,88**	**250,92**
	Диетическое питание							
1	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
2	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	70,29
3	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					9,45
	Итого за Диетическое питание			**9,26**	**13,53**	**24,44**	**256,14**	**80,61**
	Итого за день			**177,38**	**187,44**	**645,71**	**4 844,46**	**694,01**

Калькулятор

Заведующая производством _____

Согласовано :
Генеральный директор ООО « Титан -2001»
Рыбин В.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 7 марта 2024 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Завтрак							
1	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	15,19
2	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	18,99
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	29,77
5	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
6	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	6,38
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
	Итого за Завтрак			**19,09**	**26,39**	**104,77**	**736,45**	**97,44**
	2-й Завтрак							
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	20,25
2	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	9,81
3	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
4	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
5	Батон 29							3,70
	Итого за 2-й Завтрак			**14,1**	**24,7**	**64,23**	**534**	**60,00**
	Обед							
1	Салат картофельный с огурцами солеными, 60г	32/2009	60	0,96	3,15	7,6	61,73	5,88
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	12,62
3	Котлета рубленная из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	9,61
5	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
7	Хлеб 51г	109/2013		3,36	0,61	17,03	88,74	4,29
	Итого за Обед			**29,35**	**25,67**	**106,25**	**779,01**	**97,44**
	2-й Обед							
1	Салат картофельный с огурцами солеными, 60г	32/2009	60	0,96	3,15	7,6	61,73	5,88
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	12,62
3	Котлета рубленная из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
4	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,53
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 36г	109/2013		2,5	0,45	12,69	66,12	3,03
	Итого за 2-й Обед			**27,96**	**25,35**	**97,38**	**734,39**	**85,00**
	Полдник							
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,62
2	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	18,88
	Итого за Полдник			**15,15**	**4,94**	**65,53**	**366,86**	**36,50**
	Буфет							
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	12,41
2	Салат из свеклы с сыром 100гр 27-2009		100					12,41
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	11,38
4	Суп картофельный с рыбными фрикадельками 250/50 149/2013		250/25					23,72
5	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	56,84
6	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,47
7	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	13,44
8	Картофель тушеный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	10,11
9	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,65
10	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
11	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
12	Пирожок со сгущенкой, шт							
	Итого за Буфет			**29,82**	**71,85**	**131,05**	**1 287,73**	**195,45**
	Диетическое питание							
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,36
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,47
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
	Итого за Диетическое питание			**10,36**	**9,41**	**59,49**	**363,66**	**57,70**
	Итого за день			**145,83**	**188,31**	**628,7**	**4 802,1**	**629,48**

Калькулятор

Заведующая производством

Согласовано :
Генеральный директор ООО « Титан -2001»
Рыбин В.Н.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 11 марта 2024 г.

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Завтрак							
1	Каша молочная пшенная жидкая 150 гр	267/150	150	5,85	7,09	26,85	212,7	13,35
2	Чай с молоком, 200	495/2013	200	1,5	1,3	15,9	81	6,65
3	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
4	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
5	Батон 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	3,83
6	Сыр порциями 25гр 366/2009	366/2009		8,7	11,07		136,5	23,77
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,25
	Итого за Завтрак			**20,77**	**21,26**	**101,31**	**705**	**97,44**
	2-й Завтрак							
1	Каша молочная пшенная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	17,79
2	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
4	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,55
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,25
	Итого за 2-й Завтрак			**10,28**	**18,09**	**80,81**	**556**	**60,00**
	Обед							
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	7,44
2	Суп с макаронными изделиями с птицей 250/25 147,487/2004		250/25					21,47
3	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	45,84
4	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
5	Хлеб 62г	109/2013	62	4,06	0,74	20,7	186	5,21
6	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	3,19
	Итого за Обед			**21,42**	**21,18**	**64,15**	**721,54**	**97,44**
	2-й Обед							
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	12,41
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,28
3	Плов из птицы (грудка) 210 гр	406/2013	210	16	15,9	37,9	359	53,45
4	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,09
5	Хлеб 41г	109/2013		1,32	0,24	6,68	34,8	3,45
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
	Итого за 2-й Обед			**22,49**	**31,69**	**98,66**	**781,06**	**85,00**
	Полдник							
1	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
2	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,78
	Итого за Полдник			**7,84**	**3,7**	**56,16**	**289,3**	**10,41**
	Буфет							
1	Салат из свеклы с солеными огурцами 100г 26-2009		100					11,69
2	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	9,63
3	Икра морковная 100гр 78/2004		100					10,22
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,28
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	17,70
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,79
8	Котлета рубленная из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					66,06
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,15
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	13,16
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	29,38
13	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,67
14	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,65
15	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					27,53
16	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
	Итого за Буфет							
	Диетическое питание							
1	Каша жидкая овсяная Геркулес 200 гр б/с	266/2013	205	7,16	9,4	28,8	228,4	15,95
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					9,45
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,47
	Итого за Диетическое питание			**7,16**	**9,4**	**28,8**	**228,4**	**66,87**
	Итого за день			**136,1**	**171,29**	**612,02**	**4 804,45**	**752,73**

Калькулятор

Заведующая производством _____