



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ №



**МЕНЮ**  
на 1 июня 2022 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	18,83
2	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	43,28
3	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	5,38
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	3,78
5	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,56
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>22,65</b>	<b>38,37</b>	<b>50,59</b>	<b>636,75</b>	<b>72,83</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	17,85
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	24,26
3	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013		14,16	16	9,63	239,25	43,07
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	26,46
5	Хлеб 58г	109/2013	58	3,82	0,69	19,37	100,92	4,53
6	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,39
7	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,55
	<b>Итого за Обед</b>			<b>26,05</b>	<b>41,15</b>	<b>88,48</b>	<b>836,05</b>	<b>127,11</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	13,92
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г		75					11,07
	<b>Итого за Полдник</b>			<b>1</b>		<b>20,2</b>	<b>84,8</b>	<b>24,99</b>
	<b>Итого за день</b>			<b>49,7</b>	<b>79,52</b>	<b>159,27</b>	<b>1 557,6</b>	<b>225,00</b>

Калькулятор

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Составлено:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
на 2 июня 2022 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 205гр 104/2009 (каша)		205					21,71
2	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	15,19
3	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,56
4	Апельсин	112/2013	1шт	1,8	0,4	16,2	86	45,22
5	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	14,61
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>7,22</b>	<b>15,14</b>	<b>51,28</b>	<b>380,8</b>	<b>98,29</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	12,87
2	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	9,07
3	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					66,06
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	15,54
5	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,13
6	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,39
7	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
<b>Итого за Обед</b>				<b>12,82</b>	<b>21,23</b>	<b>104,49</b>	<b>672,5</b>	<b>111,45</b>
<b>Полдник</b>								
1	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,43
2	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	3,83
<b>Итого за Полдник</b>				<b>4,62</b>	<b>3,71</b>	<b>57,05</b>	<b>280,9</b>	<b>15,26</b>
<b>Итого за день</b>				<b>24,66</b>	<b>40,08</b>	<b>212,82</b>	<b>1 334,2</b>	<b>225,00</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Составлено: Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Утверждаю: Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
на 3 июня 2022 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
<b>Завтрак</b>								
1	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	38,36
2	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,69
3	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	15,19
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	3,78
5	Хлеб 25г	109/2013		1,65	0,3	8,35	43,5	1,95
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>38,48</b>	<b>17,07</b>	<b>70,43</b>	<b>870,64</b>	<b>70,97</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	17,35
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	11,61
3	Жаркое по-домашнему 180 181-2009	181/2009	180	18,25	14,04	17,91	270,61	87,43
4	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	3,91
5	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,39
6	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	7,31
	<b>Итого за Обед</b>			<b>26,76</b>	<b>24,05</b>	<b>88,28</b>	<b>681,26</b>	<b>130,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	13,92
2	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	10,18
	<b>Итого за Полдник</b>			<b>6,8</b>	<b>4,86</b>	<b>56,32</b>	<b>296,42</b>	<b>24,10</b>
	<b>Итого за день</b>			<b>72,04</b>	<b>45,98</b>	<b>215,03</b>	<b>1 848,32</b>	<b>225,00</b>

Калькулятор \_\_\_\_\_

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Составлено:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.И.

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ №

**МЕНЮ**  
на 4 июня 2022 г.

День: суббота

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	16,52
2	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	15,19
3	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,56
4	Апельсин	112/2013	1шт	1,8	0,4	16,2	86	37,88
5	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	14,61
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>12,76</b>	<b>23,76</b>	<b>83,68</b>	<b>610,2</b>	<b>85,76</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	17,35
2	Суп картофельный с рыбой ( минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	38,40
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	41,62
4	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,13
5	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,39
6	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,42
<b>Итого за Обед</b>				<b>34,62</b>	<b>31,41</b>	<b>79,71</b>	<b>736,64</b>	<b>109,31</b>
<b>Полдник</b>								
1	Кефир 200 гр	516/2013	200	5,8	5	8	100	25,45
2	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,48
<b>Итого за Полдник</b>				<b>13,14</b>	<b>8,7</b>	<b>37,16</b>	<b>279,3</b>	<b>29,93</b>
<b>Итого за день</b>				<b>60,52</b>	<b>63,87</b>	<b>200,55</b>	<b>1 626,14</b>	<b>225,00</b>

Калькулятор

Заведующая производством