

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 20 февраля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс





| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---|----------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным | 200.5 | 26-59 | 8,32 | 12,78 | 37,08 | 284,44 | №302-2004 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 16-13 | 2,67 | 4,2 | 23,63 | 123,49 | №692-2004 |
| Хлеб ржаной с сыром | 25.20 | 18-95 | 7,01 | 5,76 | 9,62 | 129 | |
| Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке | 95 | 25-35 | 0,4 | 0,0 | 9,8 | 95 | |
| Яблоко | 145 | 20-68 | 0,3 | 0,0 | 8,6 | 58 | |
| Итого : | | 107-70 | 18,7 | 22,74 | 88,73 | 689,84 | |

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---|----------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным | 200.5 | 26-59 | 8,32 | 12,78 | 37,08 | 284,44 | №302-2004 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 16-13 | 2,67 | 4,2 | 23,63 | 123,49 | №692-2004 |
| Хлеб ржаной с сыром | 25.20 | 18-95 | 7,01 | 5,76 | 9,62 | 129 | |
| Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке | 95 | 25-35 | 0,4 | 0,0 | 9,8 | 95 | |
| Яблоко | 145 | 20-68 | 0,3 | 0,0 | 8,6 | 58 | |
| Итого : | | 107-70 | 18,7 | 22,74 | 88,73 | 689,84 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат из свеклы с сыром | 60 | 16-89 | 3,45 | 7,5 | 4,87 | 99,45 | № 50-2004 |
| Суп гороховый с говядиной | 13/250 | 25-55 | 1,3 | 7,7 | 20,38 | 183,6 | № 139-2004 |
| Тефтели 2 вариант с соусом | 90/30 | 47-69 | 11,13 | 19,33 | 13,66 | 262,96 | №462-2004 №587-2004 |
| Пюре картофельное | 150 | 18-85 | 3,07 | 4,89 | 21,9 | 150,06 | № 520-2004 |
| Чай с сахаром | 200 | 1-82 | 0,2 | 0,0 | 10,02 | 38,99 | №685-2004 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 21-92 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90,0 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-68 | 4,56 | 0,54 | 29,82 | 135,6 | |
| Итого за прием | | 138-40 | 24,11 | 39,96 | 122,65 | 960,66 | |

Зав. производством: 
Калькулятор: 
Мед. работник: 
Ответственный за питание: 

«Утверждаю»
ИП Ярова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 21 февраля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|--|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Помидоры свежие (подгарнировка) | 31,5 | 8-35 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 6,3 | №106-2013 |
| Куриное бедро запеченное с соусом красным основным | 90.30 | 46-23 | 16,2 | 15,1 | 16,85 | 252,29 | № 494-2004 |
| Картофельное пюре | 150 | 18-85 | 3,07 | 4,89 | 21,9 | 150,06 | №520-2004 |
| Компот ягодный | 200 | 11-43 | 0,2 | 0,0 | 21,42 | 83,6 | №511-2013 |
| Кондитерское изделие (чоко пай) | 30 | 20-00 | 2,52 | 5,52 | 15,45 | 120,3 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-84 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | |
| Итого : | | 107-70 | 24,67 | 25,88 | 91,43 | 680,35 | |

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|--|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Куриное бедро запеченное с соусом красным основным | 100.30 | 50-86 | 18,0 | 16,78 | 18,72 | 280,32 | № 494-2004 |
| Картофельное пюре | 180 | 22-57 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 | №520-2004 |
| Компот ягодный | 200 | 11-43 | 0,2 | 0,0 | 21,42 | 83,6 | №511-2013 |
| Кондитерское изделие (чоко пай) | 30 | 20-00 | 2,52 | 5,52 | 15,45 | 120,3 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-84 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | |
| Итого : | | 107-70 | 26,68 | 28,44 | 96,78 | 732,09 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Огурцы свежие | 60 | 23-38 | 0,6 | 4,1 | 2,0 | 47,1 | № 17-2013 |
| Щи с говядиной со сметаной | 10/250/10 | 24-64 | 5,79 | 7,77 | 11,21 | 138,31 | № 124-2004 |
| Котлеты мясные с соусом | 90,30 | 54-58 | 23,48 | 10,02 | 7,5 | 172,41 | №451-2004 №578-2004 |
| Макароны отварные | 150 | 12-20 | 5,68 | 4,49 | 36,59 | 212,67 | № 516-2004 |
| Какао на молоке | 200 | 17-92 | 2,67 | 4,2 | 23,69 | 123,49 | №693-2004 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-68 | 4,56 | 0,54 | 29,82 | 135,6 | |
| Итого за прием | | 138-40 | 42,78 | 31,12 | 110,81 | 829,58 | |

Зав. производством:
Калькулятор:
Мед. работник:
Ответственный за питание:

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор MAOU СОШ № 6

Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 6

на 22 февраля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Огурцы свежие (подгарнировка) | 27 | 12-55 | 0,4 | 0,06 | 0,95 | 5,5 | №70-2013 |
| Плов с курицы | 250 | 52-47 | 24,22 | 15 | 29,03 | 352,06 | №492-2004 |
| Какао на молоке | 200 | 17-92 | 2,67 | 4,2 | 23,69 | 123,49 | №693-2004 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 21-92 | 0,4 | 0,0 | 23,0 | 92,0 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-84 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | |
| Итого : | | 107-70 | 30,08 | 19,53 | 91,58 | 640,85 | |

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Огурцы свежие (подгарнировка) | 27 | 12-55 | 0,4 | 0,06 | 0,95 | 5,5 | №70-2013 |
| Плов с курицы | 250 | 52-47 | 24,22 | 15 | 29,03 | 352,06 | №492-2004 |
| Какао на молоке | 200 | 17-92 | 2,67 | 4,2 | 23,69 | 123,49 | №693-2004 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 21-92 | 0,4 | 0,0 | 23,0 | 92,0 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-84 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | |
| Итого : | | 107-70 | 30,08 | 19,53 | 91,58 | 640,85 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---|-----------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Салат из свежих помидор | 60 | 19-09 | 0,6 | 4,1 | 2,0 | 47,1 | № 22-2013 |
| Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной | 12/250/10 | 34-22 | 6,39 | 7,07 | 21,01 | 152,23 | № 132-2004 |
| Курица (бедро) запеченная с соусом | 90.30 | 46-23 | 16,2 | 15,1 | 16,85 | 252,29 | № 494-2004 |
| Картофельное пюре | 150 | 18-85 | 3,07 | 4,89 | 21,9 | 150,06 | №520-2004 |
| Компот из смородины | 200 | 14-33 | 0,2 | 0,0 | 21,42 | 83,6 | №511-2013 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-68 | 4,56 | 0,54 | 29,82 | 135,6 | |
| Итого за прием | | 138-40 | 31,02 | 31,7 | 113,0 | 820,88 | |

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

С.А. Загваздин
С.А. Загваздин
С.А. Загваздин
С.А. Загваздин