

«Утверждаю»
И.П. Яркова Н. В.

Начальник
школы № 6

И.П. Яркова Н. В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 6

Загваздин С.А.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 6 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Каша пшеничная вязкая на молоке с маслом сливочным	200.5	25-44	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 пошехонским	25.22	20-78	7,01	5,76	9,62	129	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	25-35	0,4	-	9,8	95	
Кондитерское изделие чоко-пай	30	20-00	1,2	4,8	21,1	132,0	
Итого :		107-70	19,6	27,54	101,23	763,93	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Каша пшеничная вязкая на молоке с маслом сливочным	200.5	25-44	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 пошехонским	25.22	20-78	7,01	5,76	9,62	129	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	25-35	0,4	-	9,8	95	
Кондитерское изделие чоко-пай	30	20-00	1,2	4,8	21,1	132,0	
Итого :		107-70	19,6	27,54	101,23	763,93	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	16-89	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 17-2013
Суп гороховый с говядиной	12/250	23-97	1,3	7,7	20,38	183,6	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	48-45	11,13	19,33	13,66	262,96	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	19-67	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-82	0,2	-	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	20,76	39,56	121,98	922,66	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 7 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

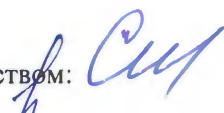

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	204	81-12	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-82	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-92	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	17,94	19,70	92,12	602,58	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	204	81-12	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-82	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-92	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	17,94	19,70	92,12	602,58	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие	60	22-61	0,1	7,1	4,2	61,45	№106-2013
Щи с говядиной со сметаной	10/250/10	25-16	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90,30	54-83	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Макаронны 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	42,28	34,12	113,0	843,93	

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



«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 9 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	154.20	77-28	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-82	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Плюшка «Московская»	100	28-60	8,0	9,0	58,0	340,0	
Итого :		107-70	27,58	21,0	91,24	660,64	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	154.20	77-28	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-82	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Плюшка «Московская»	100	28-60	8,0	9,0	58,0	340,0	
Итого :		107-70	27,58	21,0	91,24	660,64	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-71	0,2	1,42	0,82	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	11/250/10	34-74	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная с соус	90.30	46-27	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	19-67	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот из смородины	200	14-33	0,2	-	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	30,62	29,02	111,82	835,23	

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

«Утверждаю»
ИП Яркова, Н. В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 10 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	42.60	61-39	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-46	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-82	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	170	27-19	0,6	0,0	14,2	64,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	30,96	32,5	91,47	752,18	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	40.60	58-49	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	17-36	10,13	12,98	50,74	348,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-82	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	170	27-19	0,6	0,0	14,2	64,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	32,65	34,66	99,93	810,19	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-99	0,05	3,55	2,1	43	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	13/250/10	38-36	5,59	7,07	13,61	138,31	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90,30	54-83	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	17-21	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из смородины	200	14-33	0,2	-	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	37,76	26,35	114,87	799,92	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

СМ
Вру