

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 13 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	38	17-65	0,3	0,1	0,8	6,7	№ 70-2013
Сосиска детская с соусом	50.50	38-83	9,0	14,5	2,8	209	№ 413-2004
Макароны отварные	150	12-20	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Компот из смородины	200	14-26	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-92	0,4	0,0	22,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	17,86	19,36	98,52	671,77	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	33	15-24	0,3	0,1	0,8	5,9	№ 70-2013
Сосиска детская с соусом	50.50	38-83	9,0	14,5	2,8	209	№ 413-2004
Макароны отварные	180	14-61	6,61	5,36	42,51	248,43	№ 516-2004
Компот из смородины	200	14-26	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
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	18,79	20,23	105,44	706,73	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие	60	18-89	0,05	3,55	21	61,45	№106-2013
Суп из овощей с говядиной со сметаной	10/250/10	26-52	5,31	4,97	12,35	117,23	№ 135-2004
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	43-48	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-46	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Компот из вишни	200	7-45	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
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 :		138-40	33,94	35,48	164,19	1030,22	

Зав. производством:

Калькулятор:

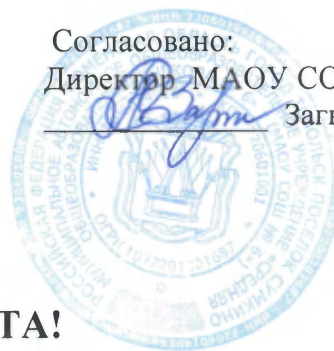
Мед. работник:

Ответственный за питание:

«Утверждаю»
ИП Яськова Н. В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 14 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	80-00	13,53	15,37	32,61	320,48	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.4	3-18	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-92	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-60	2,28	0,12	14,91	57	
Итого :		107-70	16,51	15,49	85,72	529,48	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	80-00	13,53	15,37	32,61	320,48	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.4	3-18	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-92	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-60	2,28	0,12	14,91	57	
Итого :		107-70	16,51	15,49	85,72	529,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови и огурца с яйцом	60	14-48	0,05	3,55	21	61,45	№ 12-2013
Солянка из птицы со сметаной	21/250/10	35-11	14,78	13,2	5,51	193,75	№ 158-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-14	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	150	12-20	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-79	0,2	-	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябиночка» йодированный	50	5-68	6,84	0,81	29,82	136,2	
Итого :		138-40	46,99	47,66	113,0	934,4	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

(Handwritten signatures and initials)

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 15 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный с маслом	200/3	61-64	19,54	21,54	3,03	378,4	№ 340-2004
Какао на молоке	200	17-87	3,15	3,2	24,75	125,87	№ 693-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	25-35	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябиношка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	25,37	25,01	52,49	667,07	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный с маслом	200/3	61-64	19,54	21,54	3,03	378,4	№ 340-2004
Какао на молоке	200	17-87	3,15	3,2	24,75	125,87	№ 693-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	25-35	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябиношка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	25,37	25,01	52,49	667,07	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-71	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Суп лапша домашняя с курицей	25/250	22-35	4,91	5,77	16,5	194	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	80-00	13,55	15,38	32,62	320,48	№436-2004
Компот из шиповника	200	13-14	0,8	0,0	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-20	4,56	0,24	29,82	114	
Итого :		138-40	24,32	24,94	129,9	809,93	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

Паталая
Вадимирьевна

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 6

Загваздин С.А.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 6

на 16 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	33-00	0,6	4,1	2,0	47,1	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	43-48	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	19-67	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Компот ягодный	200	8-71	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	21,13	24,86	75,55	600,85	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	45	24-77	0,4	2,8	1,4	32,2	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	100.30	47-85	16,64	17,33	17,02	280,32	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	180	23-53	3,68	5,87	26,28	180,07	№ 520-2004
Компот ягодный	200	8-71	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	23,2	26,27	81,03	643,99	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-99	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	12/250/10	35-14	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	75-60	19,44	21,41	10,06	291,34	№423-2004
Макароны отварные	150	12-20	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-79	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-68	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	36,77	37,06	128,5	892,28	

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 17 марта 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бефстроганов из говядины	40.60	64-19	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 423-2004
Макароны отварные	150	12-20	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-79	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Яблоко	170	26-68	0,6	0,0	13,4	68,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	28,2	26,17	84,98	678,8	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бефстроганов из говядины	40.60	64-19	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 423-2004
Макароны отварные	150	12-20	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-79	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Яблоко	170	26-68	0,6	0,0	13,4	68,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	28,2	26,17	84,98	678,8	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	13-88	0,8	6,1	4,1	74,4	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	18/250/10	35-26	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Плов из мяса	200	76-13	15,06	19,43	45,19	405,79	№ 370-2013
Компот из вишни	200	7-45	0,36	0,0	33,16	127,45	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-68	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	26,57	33,84	123,48	881,55	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: