



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 3 апреля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс





Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Каша пшенная 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	16-08	2,67	4,2	23,63	123,49	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром голландским	25.22	20-83	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 пшенная 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	16-08	2,67	4,2	23,63	123,49	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром голландским	25.22	20-83	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	16-88	3,45	7,5	4,87	99,45	№ 50-2004
Суп гороховый с говядиной	12/250	24-03	1,3	7,7	20,38	183,6	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	48-43	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	1-79	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 «Рябиношка» 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: 



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 4 апреля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	204	81-15	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-79	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	81-15	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-79	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
Салат из свежих огурцов	60	17-23	0,6	4,1	2,0	47,1	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	14/250/10	30-59	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
Макароны отварные	150	12-20	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Какао на молоке	200	17-87	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 МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 5 апреля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс


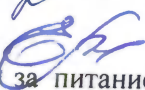

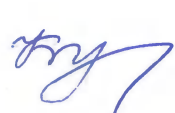
Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	154.20	77-31	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-79	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Плюшка «Московская»	100	28-60	8,0	9,0	58,0	340,0	
Итого :		107-70	27,58	21,0	91,24	660,64	

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	77-31	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-79	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 из свежих помидор	60	23-73	0,6	4,1	2,0	47,1	№ 22-2013
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	13/250/10	36-75	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная с соусом	90.30	38-31	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	14-26	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: 

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

В.В. Яковлева

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 6 апреля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие	69	22-91	0,7	0,1	2,7	16,3	№106-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	54-83	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	19-67	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот из вишни	200	7-45	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	25	2-84	2,2	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	29,65	15,28	68,43	490,17	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие (поджаривание)	41	13-50	0,3	0,05	0,8	10,2	№106-2013
Котлеты мясные с соусом	100,30	60-38	29,35	12,53	9,38	215,51	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	180	23-53	3,68	5,87	26,28	180,07	№520-2004
Компот из вишни	200	7-45	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	35,81	18,72	72,79	557,18	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамаша»	60	17-71	0,1	7,1	4,2	61,45	ГТК
Борщ с говядиной и сметаной	16/250/10	34-48	5,39	7,77	14,01	179,23	№110-2004
Плов из говядины	200	76-13	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	4-40	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	50	5-68	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	25,41	34,84	108,42	842,07	

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 апреля 2023 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс



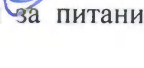
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	42.60	61-39	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-46	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-79	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	170	27-22	0,6	0,0	14,2	64,0	
Хлеб «Рябинушка» 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	1-79	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	170	27-22	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	38-43	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	14-26	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: 