

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 6

Загваздин С.А.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 15 января 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	70.50	85-02	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из свежих яблок	200	8-00	0,1	0,0	22,7	86,44	№631-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	21,43	19,59	86,14	580,86	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	70.50	85-02	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из свежих яблок	200	8-00	0,1	0,0	22,7	86,44	№631-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	21,43	19,59	86,14	580,86	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	17-90	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Суп из овощей с говядиной со сметаной	16/250/10	34-59	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницель мясной рубленый с соусом томатным	90.30	55-44	14,6	17,78	9,85	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-19	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого :</b>		<b>138-40</b>	37,43	40,46	111,39	953,45	

Зав. производством:

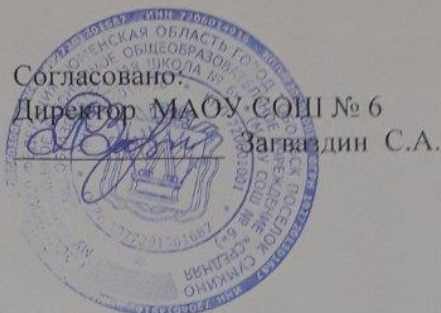
Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

*[Handwritten signatures]*





## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 16 января 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	52.150	83-47	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,25	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>19,39</b>	<b>21,8</b>	<b>54,76</b>	<b>492,77</b>	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	52.150	83-47	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,25	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>19,39</b>	<b>21,8</b>	<b>54,76</b>	<b>492,77</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	60	8-40	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Солянка из птицы со сметаной	15/250/10	36-88	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	57-14	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-32	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябиношка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого :</b>		<b>138-40</b>	<b>49,94</b>	<b>42,48</b>	<b>91,64</b>	<b>929,51</b>	

Зав. производством:

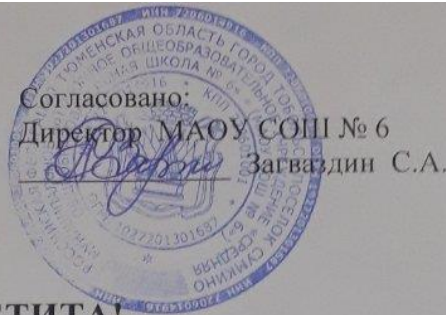
Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание

*С.А.*  
*В.В.*





## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 17 января 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

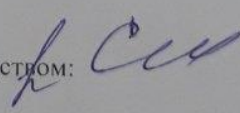
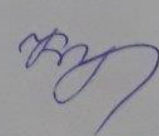
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200	65-73	20,13	40,65	9,89	265,1	№ 340-2004
Чай с молоком	200	12-34	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Йогурт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>22,86</b>	<b>40,95</b>	<b>45,39</b>	<b>470,85</b>	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200	65-73	20,13	40,65	9,89	265,1	№ 340-2004
Чай с молоком	200	12-34	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Йогурт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>22,86</b>	<b>40,95</b>	<b>45,39</b>	<b>470,85</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	8-15	3,55	5,77	3,42	47,74	
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	32-06	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	75-04	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-19	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого :</b>		<b>138-40</b>	<b>41,35</b>	<b>42,11</b>	<b>105,08</b>	<b>921,59</b>	

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 18 января 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	27	8-89	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 70-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	66-07	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	20-44	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>22,73</b>	<b>24,14</b>	<b>84,78</b>	<b>643,89</b>	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	27	8-89	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 70-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	66-07	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	20-44	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>22,73</b>	<b>24,14</b>	<b>84,78</b>	<b>643,89</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-41	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	14/250/10	31-46	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	79-25	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого :</b>		<b>138-40</b>	<b>25,5</b>	<b>28,89</b>	<b>88,75</b>	<b>701,88</b>	

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

*С.А. Загваздин*  
*С.А. Загваздин*



«Утверждаю»  
ИП Ярова Н.В.



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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

### Меню

Столовая школы № 6

на 19 января 2024 г.

#### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Поджарка из говядины	45.15	64-13	15,09	18,05	2,17	217,99	№ 423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-19	8,78	5,91	45,0	273,06	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Яблоко	150	23-40	0,4	0,0	9,8	38,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	26,5	24,26	77,49	618,79	

#### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Поджарка из говядины	45.15	64-13	15,09	18,05	2,17	217,99	№ 423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-19	8,78	5,91	45,0	273,06	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Яблоко	150	23-40	0,4	0,0	9,8	38,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	26,5	24,26	77,49	618,79	

#### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	9-47	1,1	3,05	5,71	54,25	
Суп лапша домашняя с курицей	21/250	29-06	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	80-59	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Компот из шиповника	200	13-82	0,8	-	29,96	120	№ 705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
<b>Итого :</b>		<b>138-40</b>	28,61	30,8	84,15	735,03	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание