



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 29 января 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушеное	47.60	67-66	15,97	15,64	3,17	204,64	№413-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Кондитерское изделие (чоко пай)	28	20-15	2,52	5,52	15,45	120,3	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	25,97	25,59	81,21	636,49	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушеное	45.60	65-35	15,97	15,64	3,17	204,64	№413-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Кондитерское изделие (чоко пай)	28	20-15	2,52	5,52	15,45	120,3	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	27,0	26,42	88,54	676,65	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	4-78	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	11/250/10	29-01	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	58-13	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Картофельное пюре	150	20-66	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-86	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	46,81	40,59	90,24	921,37	

Зав. производством: *СЦ*

Калькулятор: *р*

Мед. работник:

Ответственный за питание *Вну*



«Утверждаю»  
ИП. Яркова Н.В.



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

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 30 января 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

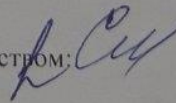
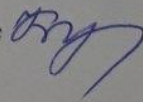
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	66.50	74-74	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	20-66	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>20,62</b>	<b>20,56</b>	<b>84,5</b>	<b>586,82</b>	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	66.50	74-74	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	20-66	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>20,62</b>	<b>20,56</b>	<b>84,5</b>	<b>586,82</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-74	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с говядиной со сметаной	13/250/10	31-53	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным	90.30	54-63	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-41	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из смородины	200	14-13	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,06	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>37,21</b>	<b>37,96</b>	<b>115,83</b>	<b>912,96</b>	

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



«Утверждено»  
И.П. Яркова Н. В.



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

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 31 января 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	200	81-27	12,5	13,7	36,5	319,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>14,93</b>	<b>14,0</b>	<b>71,39</b>	<b>466,54</b>	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	200	81-27	12,5	13,7	36,5	319,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>14,93</b>	<b>14,0</b>	<b>71,39</b>	<b>466,54</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полонинский»	60	19-36	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	11/250	16-64	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	83-12	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>	<b>28,18</b>	<b>33,75</b>	<b>81,43</b>	<b>749,36</b>	

Зав. производством: *СШ*

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: *ВШ*

«Утверждаю»  
ИП Яркова Н.В.



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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 1 февраля 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

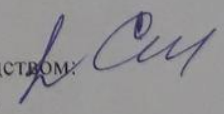
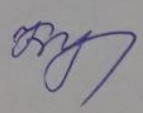
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Биточки рубленые из птицы запеченные с соусом	86.30	59-54	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-41	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>26,19</b>	<b>21,81</b>	<b>106,61</b>	<b>717,2</b>	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Биточки рубленые из птицы запеченные с соусом	86.30	59-54	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-41	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>26,19</b>	<b>21,81</b>	<b>106,61</b>	<b>717,2</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови и огурца с яйцом	60	14-42	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	10/250/11	28-33	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	58-13	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	19-86	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>46,9</b>	<b>39,48</b>	<b>90,82</b>	<b>899,3</b>	

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 2 февраля 2024 г.

### Горячий завтрак с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	90	52-16	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	20-66	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Булочка Майская	60	29-90	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>33,84</b>	<b>22,14</b>	<b>87,88</b>	<b>686,81</b>	

### Горячий завтрак с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	90	52-16	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	20-66	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сдоба Майская	60	29-90	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>33,84</b>	<b>22,14</b>	<b>87,88</b>	<b>686,81</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	10-89	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	13/250/10	30-45	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	81-78	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.*  
*В.В.*