



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 10 января 2024 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

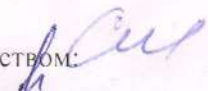
| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ,ккал | № рецептуры |
|--|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша рисовая жидкая на молоке с маслом сливочным | 200.10 | 37-96 | 11,0 | 9,58 | 49,87 | 313,6 | №302-2004 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 16-43 | 4,78 | 7,7 | 22,07 | 151,34 | №692-2004 |
| Хлеб ржаной с сыром | 28/25 | 26-66 | 6,74 | 5,71 | 8,02 | 119,5 | |
| Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке | 95 | 26-65 | 0,4 | 0,0 | 9,8 | 95 | |
| Итого : | | 107-70 | 22,92 | 22,99 | 89,76 | 679,44 | |


Горячий завтрак с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ,ккал | № рецептуры |
|--|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша рисовая жидкая на молоке с маслом сливочным | 200.10 | 37-96 | 11,0 | 9,58 | 49,87 | 313,6 | №302-2004 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 16-43 | 4,78 | 7,7 | 22,07 | 151,34 | №692-2004 |
| Хлеб ржаной с сыром | 28/25 | 26-66 | 6,74 | 5,71 | 8,02 | 119,5 | |
| Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке | 95 | 26-65 | 0,4 | 0,0 | 9,8 | 95 | |
| Итого : | | 107-70 | 22,92 | 22,99 | 89,76 | 679,44 | |


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 | № 70-2013 |
| Суп гороховый с говядиной | 27/250 | 43-45 | 9,18 | 7,84 | 22,3 | 196,92 | № 139-2004 |
| Тефтели 2 вариант с соусом | 90/30 | 48-76 | 12,86 | 22,62 | 14,93 | 301,13 | №462-2004 №587-2004 |
| Пюре картофельное | 150 | 20-44 | 5,06 | 5,24 | 36,06 | 222,87 | № 520-2004 |
| Чай с сахаром | 200 | 2-05 | 0,2 | - | 10,02 | 38,99 | №685-2004 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-96 | 4,05 | 0,6 | 21,0 | 101,5 | |
| Итого за прием | | 138-40 | 34,9 | 42,07 | 107,73 | 909,15 | |

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 11 января 2024 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

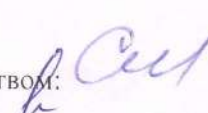

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Плов из говядины | 200 | 79-92 | 12,5 | 13,7 | 36,5 | 319,3 | №370-2013 |
| Чай с сахаром | 200 | 2-05 | 0,2 | 0,0 | 10,02 | 38,99 | №685-2004 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 22-75 | 0,4 | 0,0 | 23,0 | 92 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Итого : | | 107-70 | 15,13 | 14,0 | 80,02 | 501,04 | |

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Плов из говядины | 200 | 79-92 | 12,5 | 13,7 | 36,5 | 319,3 | №370-2013 |
| Чай с сахаром | 200 | 2-05 | 0,2 | 0,0 | 10,02 | 38,99 | №685-2004 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 22-75 | 0,4 | 0,0 | 23,0 | 92 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Итого : | | 107-70 | 15,13 | 14,0 | 80,02 | 501,04 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат «Солнечный зайчик» | 60 | 9-49 | 1,1 | 3,05 | 5,71 | 54,25 | ТТК |
| Щи с говядиной со сметаной | 19/250/10 | 37-42 | 7,7 | 8,54 | 10,0 | 138,52 | № 124-2004 |
| Котлеты мясные с соусом | 90.30 | 55-44 | 14,6 | 17,78 | 10,39 | 251,66 | №451-2004 №578-2004 |
| Макароны отварные | 150 | 11-70 | 5,15 | 4,13 | 36,64 | 200,8 | № 516-2004 |
| Какао на молоке | 200 | 18-39 | 4,98 | 5,36 | 22,58 | 154,34 | №693-2004 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-96 | 4,05 | 0,6 | 21,0 | 101,5 | |
| Итого за прием | | 138-40 | 37,58 | 39,46 | 106,32 | 901,07 | |

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

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 6

Зил'ваздин С.А.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 12 января 2024 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Говядина тушеная | 41.60 | 60-84 | 15,97 | 15,64 | 3,17 | 204,64 | №433-2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 15-19 | 8,78 | 5,91 | 45,0 | 273,06 | №508-2004 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200.7 | 5-29 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | №686-2004 |
| Яблоко | 150 | 23-40 | 0,4 | 0,0 | 9,8 | 38 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Итого : | | 107-70 | 27,48 | 21,85 | 83,67 | 626,45 | |

Горячий завтрак с 5 по 11 класс

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Говядина тушеная | 41.60 | 60-84 | 15,97 | 15,64 | 3,17 | 204,64 | №433-2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 15-19 | 8,78 | 5,91 | 45,0 | 273,06 | №508-2004 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200.7 | 5-29 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | №686-2004 |
| Яблоко | 150 | 23-40 | 0,4 | 0,0 | 9,8 | 38 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Итого : | | 107-70 | 27,48 | 21,85 | 83,67 | 626,45 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат овощной | 60 | 7-84 | 1,11 | 3,13 | 8,94 | 59,45 | ТТК |
| Рассольник домашний с говядиной со сметаной | 14/250/10 | 38-97 | 7,98 | 8,74 | 13,02 | 150,52 | № 131-2004 |
| Биточки мясные с соусом | 90.30 | 55-44 | 14,6 | 17,78 | 10,39 | 251,66 | №451-2004 №578-2004 |
| Рис отварной | 150 | 20-79 | 4,28 | 5,1 | 40,42 | 227,15 | № 511-2004 |
| Компот из вишни | 200 | 9-40 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 | №511-2013 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-96 | 4,05 | 0,6 | 21,0 | 101,5 | |
| Итого за прием | | 138-40 | 32,22 | 35,35 | 115,19 | 873,88 | |

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: