

Структурное подразделение: 021 (МБОУ СШ № 11) МБОУ: МБОУ СШ 1

Материально-ответственное лицо: Кочурова Л. Э. Дата: 04.02.2025

МЕНЮ

Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
Обед (7 -11 лет)						
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,52	106,44
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	25	4,78	2,43	0,15	41,6
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,56	28,69
Обед	Биточки "Нежный"	100	12,01	8,51	14,5	218,96
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,75	5,45	36,83	197,8
Обед	Помидор свежий дольки	50	0,54	0,1	2,55	12,71
Обед	Налеток фруктовый Витаминка	195	0,42	0,05	6,63	36,22
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	56
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6
	Итого:	971	31,16	24,76	114,69	754,35
Стоимость завтрака, руб						
Пыльное питание (7 -11 лет)						
Завтрак	Тыфляна "Детское"	100	14,9	15,81	5,27	256
Завтрак	Каша перловая рассыпчатая	160	2,18	1,96	35,68	169,66
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	56
Завтрак	Пюре фруктовое Фрулика	1			0,13	0,62
	Итого:	586	18,78	18,02	62,77	506,45
Обед	Помидор свежий дольки	50	0,54	0,1	2,55	12,71
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	18,03	131,8
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	25	4,78	2,43	0,15	41,6
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,56	28,69
Обед	Биточки "Нежный"	100	12,01	8,51	14,5	218,96
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,75	5,45	36,83	197,8
Обед	Налеток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,95	37,13
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	56
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6
	Итого:	1026	32,37	23,95	81,91	623,61
Стоимость обеда, руб						

Директор ОУ
Заведующий
Медицинский кабинет



Кочур
Л. Э.

Пыточное питание (7-11 лет)

Обед	Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,71
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Говядина отварная для I блока	25	4,75	2,43	0,15	41,6
Обед	Сметана	20	0,40	2,64	0,09	28,69
Обед	Запеченный картофель	100	12,01	8,51	14,5	216,89
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,76	5,45	36,83	197,8
Обед	Налеток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15
Обед	Хлеб стопочный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Обед	Апельсин	150	1,35	0,7	15,41	42,6
		Итого:	1227	22,27	25,73	113,1
		Стоимость питания, руб.				
Полдник	Печенье "Детское"	100	14,9	15,81	5,27	256
Полдник	Каша геркулесовая рассыпчатая	180	2,15	1,98	35,68	169,69
Полдник	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Полдник	Хлеб стопочный из ржано-пшеничной муки	25	1,72	0,25	12,01	58
Полдник	Пюре фруктовое Фрушка	1			0,13	0,52
		Итого:	494	18,74	16,03	307,17
		Стоимость питания, руб.				

Завтрак (12 лет и старше)

Завтрак	Печенье "Детское"	100	14,9	15,81	5,27	256
Завтрак	Геркулесовая отварная с маслом	180	4,05	7,47	35,83	169,3
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Завтрак	Хлеб "Трапезный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,39	75
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
		Итого:	535	22,94	24,12	372,84
		Стоимость питания, руб.				

Обед (12 лет и старше)

Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8
Обед	Сметана	25	0,51	3,3	0,92	29,68
Обед	Запеченный картофель	100	12,01	8,51	14,5	216,89
Обед	Картофель запеченный с маслом	180	3,76	5,45	36,83	197,8
Обед	Налеток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15
Обед	Хлеб стопочный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
		Итого:	829	43,94	25,53	107,74
		Стоимость питания, руб.				

Пыточное питание (12 лет и старше)

Завтрак	Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,36	2,58	15,43	104,1
Завтрак	Масло сливочное	10	0,68	7,25	0,13	68,08
Завтрак	Творожная с колбасой	130	6,66	5,88	12,74	125,19
Завтрак	Молоко стуженное	25	2,12	3,11	13,3	79,38
Завтрак	Сыр лодочками	15	2,17	3,24		31,43
Завтрак	Налеток Фруктовый	200	0,02	0,01	9,08	36,82
Завтрак	Пюре фруктовое Фрушка	1			0,13	0,52
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	118
		Итого:	631	20,22	21,34	75,45
Обед	Кукуруза	50	0,28	0,2	4,35	35
Обед	Суп гороховый	250	7,51	5,55	25,53	175,35
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Говядина отварная для I блока	30	5,71	2,92	0,18	49,92
Обед	Паста (Макароны с томатом)	250	11,38	20,3	44,83	365,52
Обед	Налеток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15
Обед	Хлеб стопочный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6
		Итого:	991	30,16	29,94	123,03
		Стоимость питания, руб.				

Директор ОУ

Заведующий

Медцинский работник



Копия

Льготное питание (12 лет и старше)

Обед	Суп гороховый	250	7,50	3,00	25,00	175,00
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	30	5,73	2,32	0,18	49,92
Обед	Паста макаронная с томатом	250	11,38	20,3	44,83	395,52
Обед	Кукуруза	50	0,38	0,2	4,93	35
Обед	Пюре фруктовое Витаминиз	200	0,43	0,09	8,65	37,15
Обед	Хлеб сточный из ржаной пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,28	12,01	58
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	18,41	42,6
	Итого:	993	38,14	23,56	123,02	441,49
	Стоимость питания, руб.					
Полдник	Сыр твердый	15	2,17	1,24		31,43
Полдник	Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,38	10,43	104,1
Полдник	Масло сливочное	10	0,08	7,23	0,13	66,06
Полдник	Творожок с изюмом	130	8,09	3,95	12,74	125,19
Полдник	Молоко стуженное	25	2,12	1,11	13,3	79,38
Полдник	Нарезка Грудки/ца	200	0,02	0,01	4,08	36,82
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	118
Полдник	Пюре фруктовое Фрумина	50			11,73	40,91
	Итого:	729	20,24	13,54	87,93	403,81
	Стоимость питания, руб.					

Бесплатное питание (12 лет и старше)

Защитка	Вареники с картошкой отварные	150	6,58	7,24	48,21	280,96
Защитка	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Защитка	Хлеб сточный из ржаной пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
	Итого:	375	8,25	7,49	68,32	359,47
	Стоимость питания, руб.					

Защитка (7 - 11 лет)

Защитка	Тарталет "Детские"	100	14,09	15,81	5,27	295
Защитка	Каша перловая рассыпчатая	175	2,38	2,14	38,37	186,57
Защитка	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Защитка	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,28	12,01	58
Защитка	Помидор свежий дольками	70	0,81	0,15	3,83	19,06
Защитка	Пюре фруктовое Фрумина	50			11,73	40,91
	Итого:	663	19,24	18,33	105,21	590,01
	Стоимость питания, руб.					

Директор ОУ
Зеленушцы
Медицинский работник



Копия
И