

МБОУ СОШ п. Таёжный

Утверждаю:

Директор



Герасимова А.В.

Меню № 2362-2363 (1 неделя)

1 день понедельник 13.05.2024		1-4 класс 7-11 лет			5-11 класс с 12 и старше		
Завтрак		вес	цена	Эц.ККал	вес	цена	Эц.ККал
1	Бутерброд горячий с сыром	20/5/10	13,08	112	20/5/10	13,08	112
2	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	18,40	212	200/5	18,40	212
3	Чай с сахаром	200	1,92	61	200	1,92	61
4	Яйцо варёное	40	9,00	58	40	9,00	58
5	Яблоко	150	19,5	89	150	19,5	89
6	Хлеб ржаной	20	1,43	41	20	1,43	41
7	Хлеб пшеничный	-	-	-	20	1,43	39
Обед							
1	Икра свекольная	60	5,76	75	100	9,29	115
2	Рассольник домашний с курицей и сметаной	250/10/5	22,12	132	250/10/5	22,12	132
3	Гуляш (свинина)	100	46,45	118	100	46,45	118
4	Каша гречневая вязкая	150	6,77	144	180	8,08	173
5	Кисель из свежих ягод +вит.С	200	10,76	89	200	10,76	89
6	Хлеб ржаной	50	3,57	97	40	2,86	81
7	Хлеб пшеничный	30	2,14	62	60	2,14	117
2 день вторник 14.05.2024		1-4 класс 7-11 лет			5-11 класс с 12 и старше		
Завтрак		вес	цена	Эц.ККал	вес	цена	Эц.ККал
1	Бутерброд с сыром	20/15	12,23	83	20/20	13,31	83
2	Котлета рыбная запечённая (горбуша)	90	45,92	158	100	50,79	176
3	Пюре картофельное	150	12,73	147	180	16,03	176
4	Чай с лимоном	200/7	4,21	62	200/7	4,21	62
5	Яблоки	100	13,00	59	100	13,00	59
6	Хлеб ржаной	20	1,43	41	20	1,43	41
		602	89,52	550	637	98,77	597
Обед							
1	Салат из свеклы с чесноком	60	3,41	47	100	5,68	70
2	Суп гороховый с гренками и мясом	250/20/10	23,22	184	250/20/10	23,22	184
3	Котлета из мяса(свинина и говядина)	90	45,61	199	100	49,63	222
4	Рагу из овощей (картофель,морковь,лук)	150	11,40	175	180	13,68	215
5	Компот из кураги	200	12,15	112	200	12,15	112
6	Хлеб пшеничный	40	2,86	78	60	4,29	117
7	Хлеб ржаной	20	1,43	41	40	2,86	81
		810	100,08	836	930	111,51	1001
3 день среда 15.05.2024		1-4 класс 7-11 лет			5-11 класс с 12 и старше		
Завтрак		вес	цена	Эц.ККал	вес	цена	Эц.ККал
1	Бутерброд с маслом	30/10	11,23	134	30/10	11,23	134
2	Запеканка «Царская» из творога с молоком сгущ.	180/20	75,48	305	200/20	85,63	380
3	Чай со смородиной и сахаром	200	6,01	50	200	6,01	50
4	Яблоко	100	13,00	59	100	13,00	59
Обед							
	Салат «Степной из разных овощей	60	7,68	49	100	10,38	89
1	Борщ с капустой картофелем, мясом и сметаной	250/10/5	19,17	138	250/10/5	19,17	138
2	Печень тушёная в соусе	100	28,20	127	120	33,84	153
3	Макаронные изделия отварные	150	7,61	175	180	9,00	210
4	Компот из свежих яблок+вит.С	200	5,45	83	200	5,45	83
5	Хлеб пшеничный	40	2,86	78	60	4,29	117

МБОУ СОШ п. Таёжный

Утверждаю:

Директор



Герасимова А.В.

Меню № 2362-2363 (1 неделя)

4 день четверг 16.05.2024		1-4 класс 7-11 лет			5-11 класс с 12 и старше		
Завтрак		вес	цена	Эц.ККал	вес	цена	Эц.ККал
1	Бутерброд с джемом	20/20	6,80	97	20/20	6,80	97
2	Омлет натуральный с маслом и подгар-ой икра морковная	180/30	34,92	243	200/30	37,67	266
3	Кофейный напиток	200	10,16	91	200	10,16	91
4	Йогурт молочный полужирный в инд.упаковке	110	38,00	39	110	38,00	39
5	Хлеб пшеничный	20	1,43	39	20	1,43	39
6	Хлеб ржаной	20	1,43	41	20	1,43	41
Обед							
1	Винегрет овощной с фасолью	60	9,94	59	100	16,57	103
2	Суп лапша домашняя с курой	250/10	17,80	155	250/10	17,80	155
3	Колета из мяса(свинина, говядина)	90	45,61	199	100	49,63	222
4	Капуста тушенная	50	4,37	36	80	5,00	52
5	Пюре картофельное	100	12,73	87	100	15,28	87
6	Компот из сухофруктов+вит.С	200	4,74	98	200	4,74	98
7	Хлеб пшеничный	40	2,86	78	60	4,29	117
8	Хлеб ржаной	20	1,43	41	40	2,86	83
		830	96,96	741	680	116,34	884
5 день пятница 17.05.2024		1-4 класс 7-11 лет			5-11 класс с 12 и старше		
Завтрак		вес	цена	Эц.ККал	вес	цена	Эц.ККал
1	Жаркое по-домашнему(свинина)	200	40,80	286	250	68,66	334
2	Помидоры на подгарнировку	20	8,09	4	20	8,09	4
3	Чай с сахаром	200	1,92	61	200	1,92	61
4	Апельсин	130	28,60	87	130	28,60	87
5	Хлеб пшеничный	20	1,43	39	20	1,43	39
6	Хлеб ржаной	20	1,43	41	20	1,43	41
Обед		590	82,27	518	640	110,13	566
1	Салат «Зимний»	60	11,44	62	100	18,16	103
2	Свекольник с мясными фри-ми. и сметаной	250/15/5	23,60	158	250/15/5	23,60	158
3	Горбуша запечённая со сметаной и сыром	90	63,84	225	100	70,32	265
4	Рис припущенный	150	9,49	144	180	11,49	175
5	Напиток из шиповника+вит.С	200	9,03	107	200	9,03	107
6	Хлеб пшеничный	40	2,86	78	40	2,86	78
7	Хлеб ржаной	20	1,43	41	40	1,43	81
		830	121,69	815	30	136,89	967