

4 день

Утверждаю:

Директор ООО «Звезда»
«Звезда» Бакина Н.Ф.



Согласовано:

Директор МБОУ «СОШ № 3»



МЕНЮ

**бесплатного горячего питания для учащихся с 1 по 4 класс
на 18.04.2024г.**

| № рецептур ы | раздел | Наименование блюд | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен (ккал) |
|---------------------------------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------|------|------|------|-----------------|
| для учащихся с 7 лет до 11 лет | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| 54-6к* | Горячее блюдо | Каша вязкая молочная пшениная | 37-27 | 200 | 8,3 | 10,2 | 37,6 | 274,9 |
| Пром. | фрукт | Фрукт(яблоко) | 20-35 | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,8 | 56,4 |
| 54-1хн* | 3 блюдо | Компот из смеси сухофруктов | 5-50 | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 |
| 111 с/б 2013** | хлеб | Батон нарезной | 4-88 | 40 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 104,8 |
| ИТОГО: | | | 68-00 | 560 | | | | 517,1 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| 54-28з* | закуска | Свекла отварная дольками | 3-15 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,2 | 25,2 |
| 54-1с* | 1 блюдо | Щи из свежей капусты со смет. | 8-83 | 200 | 4,6 | 5,6 | 5,7 | 92,2 |
| 54-9м* | горячее блюдо | Жаркое по-домашнему | 44-41 | 200 | 14,0 | 33,7 | 18,9 | 437,7 |
| 63 с/б 2004**** | 3 блюдо | Кисель из концентрата | 5-58 | 200 | 1,4 | 0 | 29 | 122 |
| 110 с/б 2013** | хлеб | Хлеб ржано-пшеничный | 6-03 | 90 | 5,9 | 1,08 | 30,6 | 162,9 |
| ИТОГО: | | | 68-00 | 750 | | | | 840 |

Старший повар
Экономист по ценам

4 день

Утверждаю:
Директор ООС «Звезда»
Бадина Н.Ф.

Согласовано:
Директор МБОУ «СОШ № 3»

МЕНЮ

На 18.04.2024г.

| Наименование блюд | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен. (ккал) |
|----------------------------------|--------------|------------|-------|------|-------|---------------------|
| ОБЕД II ВАРИАНТ | | | | | | |
| Салат «Степной» из разных овощей | 7-10 | 60 | 1,7 | 5,2 | 2,3 | 63 |
| Котлета рубленая | 45-50 | 100(70/30) | 9,2 | 21,2 | 11,8 | 276,7 |
| Макароны отварные | 10-50 | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 |
| Напиток мандариновый | 10-20 | 200 | 0,28 | 0 | 46,92 | 175 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-70 | 100 | 6,6 | 1,2 | 34 | 181 |
| Итого: | 80-00 | | | | | 892,5 |
| ОБЕД III ВАРИАНТ | | | | | | |
| Свекла отварная дольками | 3-15 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,2 | 25,2 |
| Рыба, тушеная с овощами | 46-45 | 100 | 18,75 | 28,8 | 10,25 | 279,13 |
| Рис отварной | 13-50 | 150 | 3,6 | 4,8 | 36,4 | 203,5 |
| Напиток мандариновый | 10-20 | 200 | 0,28 | 0 | 46,92 | 175 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-70 | 100 | 6,6 | 1,2 | 34 | 181 |
| Итого: | 80-00 | | | | | 863,83 |
| ОБЕД IV ВАРИАНТ | | | | | | |
| Щи из свежей капусты со смет. | 11-03 | 250 | 5,8 | 7 | 7,2 | 115,3 |
| Напиток мандариновый | 10-20 | 200 | 0,28 | 0 | 46,92 | 175 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 3-77 | 46 | 3 | 0,6 | 15,6 | 83,3 |
| Итого: | 25-00 | | | | | 373,6 |

Старший повар
Экономист по ценам

4 день

Утверждено:
 Директор ООО «Звезда»
 Галина Н.Ф.
 На 13.04.2024г.

Согласовано:
 Директор МБОУ «СОШ № 3»

МЕНЮ для с ОВЗ

| Наименование блюд | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен. (ккал) |
|--|--------------|----------|-------|------|------|---------------------|
| для учащихся с 7 лет до 11 лет | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша вязкая молочная пшеничная | 37-27 | 200 | 8,3 | 10,2 | 37,6 | 274,9 |
| Фрукт | 20-35 | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,8 | 56,4 |
| Компот из смеси сухофруктов | 5-50 | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 |
| Батон нарезной | 4-88 | 40 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 104,8 |
| Итого: | 68-00 | | | | | 517,1 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекла отварная дольками | 3-15 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,2 | 25,2 |
| Щи из свежей капусты со смет. | 8-83 | 200 | 4,6 | 5,6 | 5,7 | 92,2 |
| Жаркое по-домашнему | 44-41 | 200 | 14,06 | 33,7 | 18,9 | 437,7 |
| Кисель из концентрата | 5-58 | 200 | 1,4 | 0 | 29 | 122 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-03 | 90 | 5,9 | 1,08 | 30,6 | 162,9 |
| Итого: | 68-00 | | | | | 840 |
| для учащихся с 11 лет до 18 лет | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Каша вязкая молочная пшеничная | 37-27 | 200 | 8,3 | 10,2 | 37,6 | 274,9 |
| Фрукт | 20-35 | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,8 | 56,4 |
| Компот из смеси сухофруктов | 5-50 | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 |
| Батон нарезной | 4-88 | 60 | 4,6 | 1,8 | 30,8 | 157,2 |
| Итого: | 68-00 | | | | | 569,5 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекла отварная дольками | 5-24 | 100 | 1,5 | 0,2 | 8,7 | 42 |
| Щи из свежей капусты со смет. | 11-03 | 250 | 5,8 | 7 | 7,2 | 115,3 |
| Жаркое по-домашнему | 53-33 | 250 | 17,6 | 42,1 | 23,6 | 547,1 |
| Кисель из концентрата | 5-58 | 200 | 1,4 | 0 | 29 | 122 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-37 | 90 | 5,9 | 1,08 | 30,6 | 162,9 |
| Итого: | 81-55 | | | | | 989,3 |

Стирания повар:
 Экономист по ценам

Утверждаю:
Директор ООО «Звезда»
Бадина Н.Ф.

Согласовано:
Директор МБОУ «СОШ № 3»

МЕНЮ НА МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

На 18.04.2024г.

| Наименование | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен. (ккал) |
|----------------------|-------|----------|-------|-------|-------|---------------------|
| Плюшка московская | 20-00 | 70 | 5,35 | 6,02 | 39,49 | 230,28 |
| Булочка с помидкой | 20-00 | 70 | 3,99 | 3,78 | 36,82 | 183,75 |
| Булочка с маком | 20-00 | 70 | 5,91 | 5,25 | 37,13 | 219,87 |
| Пирожок с капустой | 20-00 | 70 | 3,67 | 4,94 | 22,65 | 150,5 |
| Пирожок с картошкой | 20-00 | 70 | 3,79 | 4,92 | 21,99 | 147,26 |
| Пирожок с яблоками | 20-00 | 70 | 3,64 | 5,87 | 32,74 | 187,34 |
| Рогалик со сгущенкой | 25-00 | 70 | 4,99 | 5,28 | 38,35 | 220,28 |
| Колбаса в тесте | 25-00 | 70 | 6,55 | 18,67 | 16,22 | 241,27 |
| Пицца | 30-00 | 115 | 12,63 | 13,19 | 34,11 | 306,31 |
| Ватрушка с творогом | 30-00 | 70 | 7,15 | 7,4 | 29,36 | 209,17 |
| Ватрушка с повидлом | 25-00 | 70 | 3,63 | 3,59 | 28,33 | 205,18 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Старший повар

Экономист по ценам