

Согласовано:
 Директор ООО "Школьник"
 Д.В.Оськин

Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ № 67
 И.Ю.Волчкова

МЕНЮ
 на 05 сентября 2023 года

Примечания	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вец-ва (г)			Энерг.ценность, ккал	№ рец.	
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
1-4 класс								
Завтрак 1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,4	8,5	22,9	197,0	П.165	
	Яйцо вареное	1 шт	5,1	4,6	0,3	62,8	П.300	
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	4,9	5,0	32,7	195,7	П. 497	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109	
	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	П. 111	
	Масло сливочное	10	0,15	10,8	0,15	99,0	5.1.5	
	Фрукт сезонного значения	1 шт	0,4	0,74	9,8	47,0	9.1.4.7	
	ИТОГО			20,7	30,5	82,8	688,7	
	ЦЕНА, руб						88,88	
Обед 1	Салат "Степной" из разных овощей	60	0,8	2,2	4,3	40,8	М.25,61	
	Суп картофельный с макаронными изд.	250	2,7	2,8	18,8	111,3	П. 147	
	Курица отварная	15	2,3	1,7	0,07	36,5	М487	
	Голубцы ленивые	100	9,4	9,2	4,4	138,9	П. 372	
	Рис отварной	150	3,7	6,1	33,8	204,6	П.414	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,2	0,0	31,6	106,0	М. 638	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108	
ИТОГО			22,9	22,4	109,5	719,9		
	ЦЕНА, руб						88,88	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		43,6	52,9	192,3	1408,6		
5-11 класс								
Завтрак 2	Суп молочный с макаронными изделиями	250	9,2	10,6	28,6	246,2	П.165	
	Яйцо вареное	1 шт	5,1	4,6	0,3	62,8	П.300	
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	4,9	5,0	32,7	195,7	П. 497	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109	
	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	П. 111	
	Масло сливочное	10	0,15	10,8	0,15	99,0	5.1.5	
	ИТОГО			22,1	31,9	78,7	690,9	
		ЦЕНА, руб						60,00
Обед 2	Салат "Степной" из разных овощей	100	1,4	3,6	7,2	68,0	М.25,61	
	Суп картофельный с макаронными изд.	250	2,7	2,8	18,8	111,3	П. 147	
	Голубцы ленивые	100	9,4	9,2	4,4	138,9	П. 372	
	Рис отварной	180	4,4	7,3	40,6	245,5	П.414	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,2	0,0	31,6	106,0	М. 638	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108	
	ИТОГО			21,9	23,3	119,1	751,5	
	ЦЕНА, руб						85,00	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		44,0	55,2	197,8	1442,4		

Бухгалтер

Диетические блюда

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вец-ва (г)			Энерг.ценность, ккал	№ рец.	Цена
			Б	Ж	У			
1	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,9	7,1	26,9	212,7	П.267	13,56
2	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	П.300	9,14

Бухгалтер

Согласовано:
 Директор ООО "Школьник"
 Д.В.Оськин



Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ № 67
 И.Ю.Волчкова

МЕНЮ
 на 04 сентября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,9	7,1	26,9	225,2	П. 267
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П. 493
	Бутерброд с сыром	20/15/5	4,7	7,9	7,3	123,0	М. 3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Сок фруктовый в инд. пром. упак. 0,2	1 шт	1	0,2	20,2	92	П.1.1.16
	Кондитерское изделие	1 шт	1,8	4,5	16,0	113,0	П.1.1.1.2
	ИТОГО		14,8	19,9	92,1	648,0	
ЦЕНА, руб						88,88	
Обед 1	Салат из моркови с яблоком	100	0,9	10,2	7,2	124,0	П.9
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	5,6	22,3	167,0	М.139
	Курица отварная	15	2,3	1,7	0,07	36,5	М487
	Рагу из птицы	200	15,8	16,5	18,2	283,4	П. 407
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0,0	25,2	96,0	М.699
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
ИТОГО		28,1	34,4	89,4	788,7		
ЦЕНА, руб						88,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			42,9	54,3	181,5	1436,7	
5-11 класс							
Завтрак 2	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,9	9,5	35,9	300,3	П. 267
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П. 493
	Бутерброд с сыром	20/15/5	4,7	7,9	7,3	123,0	М. 3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Кондитерское изделие	1 шт	1,5	6	21	143,3	П.1.1.1.1
	ИТОГО		15,5	23,6	85,9	661,4	
ЦЕНА, руб						60,00	
Обед 2	Салат из моркови с яблоком	100	0,9	10,2	7,2	124,0	П.9
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	5,6	22,3	167,0	М.139
	Рагу из птицы	230	18,2	18,9	20,9	354,2	П. 407
	Напиток апельсиновый	200	0,1	0,0	25,2	96,0	М.699
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
ИТОГО		28,2	35,1	92,1	823,0		
ЦЕНА, руб						85,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			43,7	58,7	178,0	1484,4	

Бухгалтер

ДИЕТИЧЕСКИЕ ДАТОЧКИ

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал	№ рец.	Цена
			Б	Ж	У			
1	Грудка куриная отварная	50	11,8	8,2	0,2	121,4	М487	43,72
2	Каша манная	200	7,7	11,8	35,5	279,4	П.250	19,68

Бухгалтер

Согласовано:
 Директор ООО "Школьник"
 Д.В.Оськин

Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ № 67
 И.О.Волчкова

МЕНЮ
 на 06 сентября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Запеканка из творога	100	24,0	25,2	23,9	425,0	П. 313
	Молоко густое	10	0,7	0,9	5,6	32,8	П. 481
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	150	6,5	10,6	23,6	215,6	П. 305
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П. 493
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Бутерброд с джемом	20/5/35	1,2	12,5	7,5	147,0	П. 95
	ИТОГО		33,8	49,4	82,3	915,2	
	ЦЕНА, руб						88,88
Обед 1	Винегрет овощной	80	1,1	8,7	5,5	104,0	М. 71
	Суп из овощей	250	2,2	4,4	12,4	99,0	М. 135
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Курица отварная	15	2,3	1,7	0,07	36,5	М487
	Котлеты рыбные	90	12,5	1,9	8,6	101,7	П. 345
	Пюре картофельное	150	3,2	8,3	21,8	189,0	М. 520
	Напиток лимонный	200	0,1	0	25,2	96,0	М.699
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
		ИТОГО		24,5	26,9	90,4	724,0
	ЦЕНА, руб						88,88
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		58,2	76,3	172,7	1639,2	
5-11 класс							
Завтрак 2	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	8,7	14,1	31,5	287,5	П. 305
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П. 493
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	П. 111
	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2	1 шт	1	0,2	20,2	92	П.1.1.1.16
	ИТОГО		12,6	15,1	83,7	526,7	
	ЦЕНА, руб						60,00
Обед 2	Винегрет овощной	100	1,3	10,8	6,8	130,0	М. 71
	Суп из овощей	250	2,2	4,4	12,4	99,0	М. 135
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Котлеты рыбные	100	13,9	2,1	9,6	113,0	П. 345
	Пюре картофельное	180	3,8	10,0	26,2	198,0	М. 520
	Напиток лимонный	200	0,1	0	25,2	96,0	М.699
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
		ИТОГО		24,4	29,2	97,1	733,8
	ЦЕНА, руб						85,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		37,0	44,3	180,7	1260,5	

Бухгалтер *Спф*

Диетические блюда

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп.	Цена
			Б	Ж	У			
1	Грудка куриная отварная	50	11,8	8,2	0,2	121,4	М487	43,72
2	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	П.300	9,14

Бухгалтер *от*