

согласовано:  
Генеральный директор ОАО «Исток»  
Сербич А.М.  
« 2023г. »



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 11

« 2023г. »



**МЕНЮ**  
На 4 Октября 2023  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b> предварительное накрытие для 1-4 классов							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
279	Тефтели из говядины	90	10,69	15,53	15,91	245,63	63-60
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,57	2,29	25,5	2-40
203	Макаронны отварные с маслом	150/5	5,4	6,3	36,6	225,0	5-49
352	Кисель из яблок	200	0,12	0,0	30,12	121	7-53
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	<b>Итого</b>	<b>543</b>	<b>20,44</b>	<b>23,94</b>	<b>108,02</b>	<b>728,53</b>	<b>81-75</b>
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
102	Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,28	19,08	131	4-68
234	Котлеты или биточки рыбные	90/5	13,32	16,92	10,44	246,6	30-63
302	Каша пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237	6-05
392	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-13
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>27,75</b>	<b>26,8</b>	<b>108,91</b>	<b>786,0</b>	<b>46-22</b>

Технолог:

Скрбцова Н.В.

согласовано:  
Генеральный директор ОАО «Исток»  
Сербич А.М.

« — » 2023г.



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ №

« — » 2023г.



**МЕНЮ**  
На 2 Октября 2023  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
---	--------------------	---------	-------	------	----------	-------	------

**ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ**  
предварительное накрытие для 1-4 классов

**ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК**

291	Плов из птицы	90/150	23,36	27,04	38,24	489,6	78-99
Пром.	Сок фруктовый	200	1,0	0,00	24,4	101,6	10-40
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	8,6	40,4	1-66
70/71	Овощи соленые или свежие	60	0,48	0,12	1,92	10,8	7-02
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>28,53</b>	<b>27,7</b>	<b>87,66</b>	<b>713,4</b>	<b>99-69</b>

**ГОРЯЧИЙ ОБЕД**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
96	Рассольник Ленинградский	200/5	1,68	4,08	16,4	109,0	8-61
306	Биточки рубленые из птицы	90/5	16,06	3,29	7,95	193	46-55
302	Капуста тушенная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	14-83
392	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-13
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	<b>ИТОГО</b>	<b>715</b>	<b>24,64</b>	<b>11,92</b>	<b>82,55</b>	<b>727,25</b>	<b>74-85</b>

Технолог:

Скребцова Н.В.

Согласовано:  
Генеральный директор ОАО «Исток»  
Сербич А.М.



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 11

« 03 »



## МЕНЮ

На 3 Октября 2023

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b> предварительное накрытие для 1-4 классов							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
15	Сыр «Российский»	15	3,48	4,43	0,0	54,0	13-07
181	Каша жидкая молочная манная	200/5	6,0	3,0	43,4	225,0	14-75
пром	Булочка с изюмом	1/50	2,75	0,55	26,8	139,0	4-86
379	Кофейный напиток на молоке	200	3,58	2,68	28,34	151,8	14-84
338	фрукты(яблоко)	150/1шт	0,8	0,0	25,2	104,0	16-58
	<b>ИТОГО</b>	<b>620</b>	<b>16,61</b>	<b>10,66</b>	<b>123,74</b>	<b>673,8</b>	<b>64-10</b>
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
101	Суп картофельный с крупой	200	1,6	2,18	16,74	93,0	5-78
298	Голубцы ленивые	90	3,6	5,1	20,33	141,5	36-92
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,57	2,29	25,5	2-40
166	Каша с овощами	150	3,5	3,74	34,69	242,57	7-76
349	Компот из сухофруктов	200	0,08	0,0	21,82	87,6	5-98
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>13,01</b>	<b>13,13</b>	<b>118,97</b>	<b>701,57</b>	<b>61-57</b>

Технолог:

Скребцова Н.В.