

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



Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №



МЕНЮ
 На 12 Октября 2023г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие для 1-4 класс							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
229	Рыба тушеная с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,6	42-60
312	Пюре картофельное	150	3,12	5,1	18,57	132,6	10-28
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,0	29,0	133,6	5-95
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
131	Горошек овощной	60/5	1,86	2,64	3,9	46,8	25-24
	Итого	605	21,57	15,0	81,29	563	86-80
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
103	Суп картофельный с макаронами	200	2,12	2,22	19,38	106,0	5-66
290	Птица тушеная в соусе	90/30	18,9	23,94	5,32	312,2	72-81
302	Каша пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237,0	6-05
377	Чай с лимоном	200/15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-57
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
70/71	Овощи свежие или соленые	60	0,48	0,12	1,92	10,8	7-02
	ИТОГО	802	33,77	31,88	107,01	842,4	98-84

Технолог:

Варданыч О.Е.

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

« 11 » 2023г.

11

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 1

« 11 » 2023г.

МЕНЮ

На 11 Октября 2023г

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 7-11 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
223	Запеканка из творога со сгущенкой	150/15	31,5	12,6	49,5	435,0	60-41
382	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8	13-47
338	фрукты(яблоко)	150/1шт	0,8	0,0	25,2	104,0	13-65
	итого	515	36,06	15,8	101,44	689,8	87-53
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
82	Борщ с капустой и картофелем	200/5	1,46	3,92	12,16	89,8	8-55
295	Котлета рубленая из мяса птиц	90/5	13,68	20,34	13,32	291,6	46-55
199	Пюре из бобовых	150/5	13,2	7,5	43,05	292,5	5-24
864	Компот из лимонов	200	0,08	0,09	27,08	108,6	8-37
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
	итого	705	32,11	32,39	118,71	893,9	71-44

Технолог:

Варданын О.Е.