

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.12.2023 года
МАОУ"СОШ№1"Г.ГОРН-КА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 Кл

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калор
Обед						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (250)	250/10		2,14	6,34	9,32	102,
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (180)	180		6,77	7,48	43,21	267,
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1с	30		2,58	0,24	14,76	71,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,
Итого по подменю:		102,89	27,09	31,16	101,19	793,



Утверждаю И.А. Заболотская



Согласовано Р.А. Лобанкова

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калор
Обед						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (200)	200/10		1,71	5,07	7,46	82
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (180)	180		6,77	7,48	43,21	267
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61
Итого по подменю:		113,90	26,66	29,89	99,33	772
Полдник						
БУЛОЧКА "БРИОШ" (100)	100		2,96	10,46	17,62	176
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105
Итого по подменю:		33,93	3,96	10,46	43,02	282
Итого за день:		147,83	30,62	40,35	142,35	1055

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Лобанкова Р.А./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калор
ЗАВТРАК 2						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		5,46	7,63	32,87	221
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61
Итого по подменю:		33,93	8,05	7,87	62,95	354
Обед						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (200)	200/10		1,71	5,07	7,46	82
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (180)	180		6,77	7,48	43,21	267
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61
Итого по подменю:		113,90	26,66	29,89	99,33	772
Итого за день:		147,83	34,71	37,76	162,28	1127



Утверждаю Ирина Андреевна /Заболотская И.А./



Согласовано Лобанкова Р.А.

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСК 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калор
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	6,19	36,01	222,
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,
Итого по подмену:	91,76	23,82	23,53	84,67	645,	
Полдник						
БУЛОЧКА "БРИОШ" (100)	100		2,96	10,46	17,62	176,
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,
Итого по подмену:	33,93	3,96	10,46	43,02	282,	
Итого за день:	125,69	27,78	33,99	127,69	927,	

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Добанкова Р.А./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 1-4 КЛАСС

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1 СМЕНА						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	6,19	36,01	222,
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90	13,64	15,56	8,71	229,	
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30	0,39	1,26	2,41	22,	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30	2,58	0,24	14,76	71,	
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20	1,56	0,28	7,46	38,	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,01		15,32	61,	
Итого по подменю:	91,76	23,82	23,53	84,67	645,	

2 СМЕНА						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (250)	250/10	2,14	6,34	9,32	102,	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,64	6,19	36,01	222,	
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90	13,64	15,56	8,71	229,	
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30	0,39	1,26	2,41	22,	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30	2,58	0,24	14,76	71,	
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20	1,56	0,28	7,46	38,	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,01		15,32	61,	
Итого по подменю:	91,76	25,96	29,87	93,99	748,	

Утверждаю _____ /Заболотская И.А./



Согласовано _____ /Лобанкова Р.А./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори
ЗАВТРАК 2						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		5,46	7,63	32,87	221,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,
Итого по подменю:	33,93	8,05	7,87	62,95	354,	
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	6,19	36,01	222,
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,
Итого по подменю:	91,76	23,82	23,53	84,67	645,	
Итого за день:	125,69	31,87	31,40	147,62	1000,	



Утверждаю Заболотская И.А./



Согласовано Лобанкова Р.А./