

ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.12.2023 года
МАОУ"СОШ№1"Г.ГОРН-КА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10	7,21	3,20	6,86	21,04	158,7
РИС ОТВАРНОЙ (200)	200	24,08	5,14	17,22	53,44	389,3
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ	С110	60,10	19,44	20,80	6,82	292,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30	2,72	2,58	0,24	14,76	71,5
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20	0,00	1,56	0,28	7,46	38,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,78	0,55	0,03	29,72	121,3
Итого по подменю:		102,89	32,47	45,43	133,24	1071,7



Утверждаю: Заболотская И.А.



Согласовано: Лобанкова Р.А.

ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,7
РИС ОТВАРНОЙ (200)	200		5,14	17,22	53,44	389,3
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ	110		19,44	20,80	6,82	292,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,5
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,3
Итого по подменю:		102,89	32,47	45,43	133,24	1071,7



Утверждаю И.А. Заболотская /Заболотская И.А./



Согласовано Р.А. Лобанкова /Лобанкова Р.А./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,7
РИС ОТВАРНОЙ (180)	180		4,63	15,50	48,10	350,3
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110		19,44	20,80	6,82	292,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,5
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,3
Итого по подменю:	113,90	31,96	43,71	127,90	1032,7	
Полдник						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,2
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,6
Итого по подменю:	33,93	5,93	17,43	54,77	399,8	
Итого за день:	147,83	37,89	61,14	182,67	1432,5	

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Лобанкова Р.А./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200/5		6,69	8,67	30,30	225,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,3
Итого по подменю:		33,93	9,28	8,91	60,38	358,7
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,7
РИС ОТВАРНОЙ (180)	180		4,63	15,50	48,10	350,3
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ С110	30		19,44	20,80	6,82	292,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,5
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,3
Итого по подменю:		113,90	31,96	43,71	127,90	1032,7
Итого за день:		147,83	41,24	52,62	188,28	1391,5



Утверждаю И.А. Заболотская / Заболотская И.А./



Согласовано Р.А. Лобанкова / Лобанкова Р.А./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСК 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
РИС ОТВАРНОЙ (150)	150		3,81	6,07	40,01	229,9
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110		19,44	20,80	6,82	292,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,5
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,3
Итого по подменю:	91,76	27,94	27,42	98,77	753,5	
Полдник						
БУЛОЧКА СЛОЙКА	80		9,33	9,78	68,74	400,2
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,6
Итого по подменю:	33,93	10,33	9,78	94,14	505,8	
Итого за день:	125,69	38,27	37,20	192,91	1259,4	

Утверждаю _____ /**Заболотская И.А.**/



Согласовано _____ /**Лобанкова Р.А.**/



ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
ЗАВТРАК 2						
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200/5		6,69	8,67	30,30	225,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,30
Итого по подменю:	33,93		9,28	8,91	60,38	358,72
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,72
РИС ОТВАРНОЙ (150)	150		3,81	6,07	40,01	229,92
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ С110	30		19,44	20,80	6,82	292,24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,31
Итого по подменю:	91,76		31,14	34,28	119,81	912,32
Итого за день:	125,69		40,42	43,19	180,19	1271,11

Утверждаю _____
 Заболотская И.А./



Согласовано _____
 Лобанкова Р.А./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.12.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 1-4 КЛАСС

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1 СМЕНА						
РИС ОТВАРНОЙ (150)	150		3,81	6,07	40,01	229,92
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ	110		19,44	20,80	6,82	292,24
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРКУТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,31
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
Итого по подменю:	91,76	91,76	27,94	27,42	98,77	753,58

2 СМЕНА						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,73
РИС ОТВАРНОЙ (150)	150		3,81	6,07	40,01	229,92
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ	110		19,44	20,80	6,82	292,24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРКУТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,31
Итого по подменю:	91,76	91,76	31,14	34,28	119,81	912,34

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Лобанкова Р.А./