

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 19.12.2023 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
<b>Итого по подменю:</b>		<b>91,76</b>	<b>27,94</b>	<b>27,42</b>	<b>98,77</b>	<b>753,59</b>

**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
<b>Итого по подменю:</b>		<b>91,76</b>	<b>31,14</b>	<b>34,28</b>	<b>119,81</b>	<b>912,32</b>

Утверждаю \_\_\_\_\_ /Заболотская И.А./



Согласовано \_\_\_\_\_ /Лобанкова Р.А./



**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 19.12.2023 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	225,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,30
<b>Итого по подменю:</b>		<b>33,93</b>	<b>9,28</b>	<b>8,91</b>	<b>60,38</b>	<b>358,79</b>

**Обед**

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 С110	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 СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,31
<b>Итого по подменю:</b>		<b>91,76</b>	<b>31,14</b>	<b>34,28</b>	<b>119,81</b>	<b>912,32</b>

**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 19.12.2023 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	229,92
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ	С110		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
<b>Итого по подменю:</b>		<b>91,76</b>	<b>27,94</b>	<b>27,42</b>	<b>98,77</b>	<b>753,59</b>

**Полдник**

-БУЛОЧКА СЛОЙКА	80		9,33	9,78	68,74	400,20
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,60
<b>Итого по подменю:</b>		<b>33,93</b>	<b>10,33</b>	<b>9,78</b>	<b>94,14</b>	<b>505,80</b>

**Итого за день: 125,69 38,27 37,20 192,91 1259,40**

Утверждаю \_\_\_\_\_ /Заболотская И.А./



Согласовано \_\_\_\_\_ /Лобанкова Р.А./




**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 19.12.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Завтрак</b>						
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200/5		6,69	8,67	30,30	225,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,30
<b>Итого по подменю:</b>	<b>33,93</b>		<b>9,28</b>	<b>8,91</b>	<b>60,38</b>	<b>358,79</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,73
РИС ОТВАРНОЙ (180)	180		4,63	15,50	48,10	350,37
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ С110	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 СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,31
<b>Итого по подменю:</b>	<b>113,90</b>		<b>31,96</b>	<b>43,71</b>	<b>127,90</b>	<b>1032,77</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>147,83</b>		<b>41,24</b>	<b>52,62</b>	<b>188,28</b>	<b>1391,56</b>

Утверждаю \_\_\_\_\_ /Заболотская И.А./



Согласовано \_\_\_\_\_ /Лобанкова Р.А./



**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 19.12.2023 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	158,73
РИС ОТВАРНОЙ (180)	180		4,63	15,50	48,10	350,37
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ	С110		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 СУХОФРКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,31
<b>Итого по подменю:</b>		<b>113,90</b>	<b>31,96</b>	<b>43,71</b>	<b>127,90</b>	<b>1032,77</b>

**Полдник**

БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,22
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,60
<b>Итого по подменю:</b>		<b>33,93</b>	<b>5,93</b>	<b>17,43</b>	<b>54,77</b>	<b>399,82</b>

**Итого за день:** 147,83 37,89 61,14 182,67 1432,59

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Лобанкова Р.А./

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 19.12.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,73
РИС ОТВАРНОЙ (200)	200		5,14	17,22	53,44	389,30
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 СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,31
<b>Итого по подменю:</b>		<b>102,89</b>	<b>32,47</b>	<b>45,43</b>	<b>133,24</b>	<b>1071,70</b>

Утверждаю  /Заболотская И.А./



Согласовано  /Лобанкова Р.А./



**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 19.12.2023 года**  
**МАОУ"СОШ№1"Г.ГОРН-КА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10	7,21	3,20	6,86	21,04	158,73
РИС ОТВАРНОЙ (200)	200	24,08	5,14	17,22	53,44	389,30
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ В СМЕТАННОМ	С110	60,10	19,44	20,80	6,82	292,24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30	2,72	2,58	0,24	14,76	71,52
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20	0,00	1,56	0,28	7,46	38,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРКТОВ	200	8,78	0,55	0,03	29,72	121,31
<b>Итого по подменю:</b>		<b>102,89</b>	<b>32,47</b>	<b>45,43</b>	<b>133,24</b>	<b>1071,70</b>

Утверждаю \_\_\_\_\_ /Заболотская И.А./



Согласовано \_\_\_\_\_ /Лобанкова Р.А./

