

ИП Заболотская И.А.
Меню на 14.02.2024 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 1-4 КЛАСС

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори
1 СМЕНА						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,25	6,63	21,74	159,
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		19,21	13,01	5,63	216,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,
Итого по подменю:		96,26	52,98	45,30	107,69	1050,
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (20)	20	4,50	0,29	0,05	1,01	5,
2 СМЕНА						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,65	7,11	22,29	167,
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		19,21	13,01	5,63	216,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,
Итого по подменю:		96,26	59,28	50,46	127,56	1201,
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (20)	20	4,50	0,29	0,05	1,01	5,

Утверждаю _____ /Заболотская И.А./



Согласовано _____ /Вологодина Ю.Н./



ИП Заболотская И.А.

Меню на 14.02.2024 года

МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
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:			8,05	7,87	62,95	354,
Обед						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,25	6,63	21,74	159,
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
Итого по подменю:			27,85	20,60	69,25	573,
Итого за день: 125,69 35,90 28,47 132,20 928,						

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Володина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 14.02.2024 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСК 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори
Обед						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,25	6,63	21,74	159,
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
Итого по подмену:			27,85	20,60	69,25	573,
Полдник						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,
Итого по подмену:			5,93	17,43	54,77	399,
Итого за день:		125,69	33,78	38,03	124,02	973,

Утверждаю _____ /Заболотская И.А./



Согласовано _____ /Вологодина Ю.Н./



ИП Заболотская И.А.

Меню на 14.02.2024 года

МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
----------------	-------	------	-------	------	----------	---------

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:			8,05	7,87	62,95	354,

Обед

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЬМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180		3,90	7,96	26,09	191,
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
Итого по подменю:			34,40	26,61	92,92	748,

Итого за день: 147,83 42,45 34,48 155,87 1103,

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Вологодина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.

Меню на 14.02.2024 года

МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,90	4,68	19,32	142,	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180	3,90	7,96	26,09	191,	
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95	17,56	10,95	5,52	190,	
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200	2,90	2,50	19,77	113,	
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20	1,56	0,28	7,46	38,	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30	2,58	0,24	14,76	71,	
Итого по подменю:		34,40	26,61	92,92	748,	
Полдник						
БУЛОЧКА (100)	100	4,93	17,43	29,37	294,	
СОК 0,2Л	200	1,00		25,40	105,	
Итого по подменю:		5,93	17,43	54,77	399,	
Итого за день:		147,83	40,33	44,04	147,69	1148,

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Вологодина Ю.Н./


ИП Заболотская И.А.

Меню на 14.02.2024 года

МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (200)	200		4,87	9,48	29,72	223,
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,
Итого по подменю:						
	107,93	58,85	50,77	134,88	1231,	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	5,04	0,44	0,08	1,52	8,

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Володина Ю.Н./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 14.02.2024 года
МАОУ"СОШ№1"Г.ГОРН-КА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,1	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (200)	200		4,87	9,48	29,72	223,1	
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,1	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,1	
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,1	
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,1	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30		58,85	50,77	134,88	1231,1	
		Итого по подменю:	107,93	58,85	50,77	134,88	1231,1
			5,04	0,44	0,08	1,52	8,1

Утверждаю  /Заболотская И.А./



Согласовано  /Вологодина Ю.Н./

