

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 04.10.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 1-4 КЛАСС**

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

**1 СМЕНА**

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,25	6,63	21,74	159,66
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		19,21	13,01	5,63	216,39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,90
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,88
<b>Итого по подменю:</b>	<b>91,76</b>	<b>52,98</b>	<b>45,30</b>	<b>107,69</b>	<b>1050,35</b>	

**2 СМЕНА**

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЬМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,94
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,65	7,11	22,29	167,72
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		19,21	13,01	5,63	216,39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,90
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,88
<b>Итого по подменю:</b>	<b>91,76</b>	<b>59,28</b>	<b>50,46</b>	<b>127,56</b>	<b>1201,35</b>	

Утверждаю \_\_\_\_\_



/Заболотская И.А./

Согласовано \_\_\_\_\_



/Маноха М.В./

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 04.10.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 1с**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		5,46	7,63	32,87	221,99
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>8,05</b>	<b>7,87</b>	<b>62,95</b>	<b>354,81</b>
<b>Обед</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,25	6,63	21,74	159,66
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,87
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
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>27,85</b>	<b>20,60</b>	<b>69,25</b>	<b>573,83</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>125,69</b>	<b>35,90</b>	<b>28,47</b>	<b>132,20</b>	<b>928,64</b>

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



Согласовано \_\_\_\_\_ /Маноха М.В./



**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 04.10.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСК 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (150)	150		3,25	6,63	21,74	159,66
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95	17,56	10,95	5,52	190,87	
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200	2,90	2,50	19,77	113,18	
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>27,85</b>	<b>20,60</b>	<b>69,25</b>	<b>573,82</b>	
<b>Полдник</b>						
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>	
<b>Итого за день:</b>	<b>125,69</b>	<b>33,78</b>	<b>38,03</b>	<b>124,02</b>	<b>973,64</b>	

Утверждаю \_\_\_\_\_



/Заболотская И.А./

Согласовано \_\_\_\_\_



/Маноха М.В./

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 04.10.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		5,46	7,63	32,87	221,99
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>8,05</b>	<b>7,87</b>	<b>62,95</b>	<b>354,81</b>
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,94
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180		3,90	7,96	26,09	191,59
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,87
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
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>113,90</b>	<b>34,40</b>	<b>26,61</b>	<b>92,92</b>	<b>748,70</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>147,83</b>	<b>42,45</b>	<b>34,48</b>	<b>155,87</b>	<b>1103,51</b>

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Маноха М.В./

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 04.10.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,94
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180		3,90	7,96	26,09	191,59
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,87
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
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>113,90</b>	<b>34,40</b>	<b>26,61</b>	<b>92,92</b>	<b>748,70</b>	
<b>Полдник</b>						
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>	
<b>Итого за день:</b>	<b>147,83</b>	<b>40,33</b>	<b>44,04</b>	<b>147,69</b>	<b>1148,52</b>	

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



Согласовано Маноха /Маноха М.В./



**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 04.10.2023 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,94
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (200)	200		4,87	9,48	29,72	223,62
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,90
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,88
<b>Итого по подменю:</b>		<b>102,89</b>	<b>58,85</b>	<b>50,77</b>	<b>134,88</b>	<b>1231,73</b>

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Манюха М.В./

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 04.10.2023 года**  
**МАОУ"СОШ№1"Г.ГОРН-КА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		5,90	4,68	19,32	142,94
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (200)	200		4,87	9,48	29,72	223,62
РЫБА ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ (95)	95		17,56	10,95	5,52	190,87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,52
ХЛЕБ "РЖАНОЙ"	30		2,34	0,42	11,19	57,90
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		25,60	25,00	54,37	544,88
<b>Итого по подменю:</b>	<b>102,89</b>	<b>58,85</b>	<b>50,77</b>	<b>134,88</b>	<b>1231,72</b>	

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



Согласовано \_\_\_\_\_ /Маноха М.В./

