

ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 1-4 КЛАСС

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1 СМЕНА						
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,79
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:		91,76	31,12	22,72	80,95	652,65
2 СМЕНА						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10		3,34	5,17	17,55	130,05
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,79
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:		91,76	34,46	27,89	98,50	782,70

Утверждаю  /Заболотская И.А./



Согласовано  /Манюха М.В./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 1с

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
ЗАВТРАК 2						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		7,70	7,81	37,51	251,11
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		10,29	8,05	67,59	383,93
Обед						
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,79
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:	91,76		31,12	22,72	80,95	652,65
Итого за день:	125,69		41,41	30,77	148,54	1036,58

Утверждаю _____ /Заболотская И.А./

Согласовано Маноха /Маноха М.В./

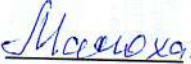


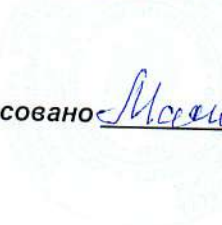
ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСК 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,79
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:		91,76	31,12	22,72	80,95	652,65
Полдник						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,22
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,60
Итого по подменю:		33,93	5,93	17,43	54,77	399,82
Итого за день:		125,69	37,05	40,15	135,72	1052,47

Утверждаю  /Заболотская И.А./



Согласовано  /Манокха М.В./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1с

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		7,70	7,81	37,51	251,11
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	10,29	8,05	67,59	383,93
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10		3,34	5,17	17,55	130,05
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,75
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЕЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:		113,90	34,46	27,89	98,50	782,70
Итого за день:		147,83	44,75	35,94	166,09	1166,63

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Манокха М.В./

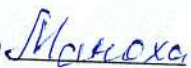


ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10		3,34	5,17	17,55	130,05
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,79
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:	113,90	34,46	27,89	98,50	782,70	
Полдник						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,22
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,60
Итого по подменю:	33,93	5,93	17,43	54,77	399,82	
Итого за день:	147,83	40,39	45,32	153,27	1182,52	

Утверждаю  /Заболотская И.А./




Согласовано  /Манокха М.В./

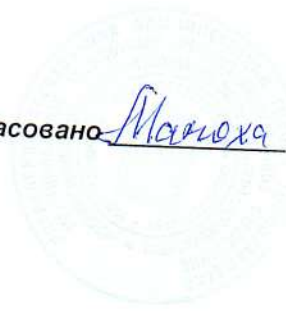
ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10		3,34	5,17	17,55	130,05
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (200)	200		12,81	5,48	26,77	207,54
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:	102,89	35,74	28,44	101,18	803,45	

Утверждаю  /Заболотская И.А./



Согласовано  /Маноха М.В./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 12.10.2023 года
МАОУ"СОШ№1"Г.ГОРН-КА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10		3,34	5,17	17,55	130,05
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (200)	200		12,81	5,48	26,77	207,54
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,05
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,18
Итого по подменю:		102,89	35,74	28,44	101,18	803,45

Утверждаю  /Заболотская И.А./



Согласовано  /Маноха М.В./

