


ИП Заболотская И.А.
Меню на 23.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 1-4 КЛАСС

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
1 СМЕНА						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	6,19	36,01	222,3
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90	13,64	15,56	8,71	229,4	
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30	0,39	1,26	2,41	22,5	
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	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,01		15,32	61,3	
Итого по подменю:		91,76	23,82	23,53	84,67	645,7

2 СМЕНА						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (250)	250/10		2,14	6,34	9,32	102,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,64	6,19	36,01	222,3	
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90	13,64	15,56	8,71	229,4	
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30	0,39	1,26	2,41	22,5	
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	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,01		15,32	61,3	
Итого по подменю:		91,76	25,96	29,87	93,99	748,5

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Маноха М.В./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 23.10.2023 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	221,9
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	8,05	7,87	62,95	354,8	
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	6,19	36,01	222,3
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,4
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,5
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
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,3
Итого по подменю:	91,76	23,82	23,53	84,67	645,7	
Итого за день:	125,69	31,87	31,40	147,62	1000,5	

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Маноха М.В./



ИП Заболотская И.А.

Меню на 23.10.2023 года

МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСК 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	6,19	36,01	222,3
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,4
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,5
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
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,3
Итого по подменю:	91,76	23,82	23,53	84,67	645,7	
Полдник						
БУЛОЧКА "БРИОШ" (100)	100		2,96	10,46	17,62	176,5
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,6
Итого по подменю:	33,93	3,96	10,46	43,02	282,1	
Итого за день:	125,69	27,78	33,99	127,69	927,8	

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Маноха М.В./



ИП Заболотская И.А.

Меню на 23.10.2023 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	221,9
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	8,05	7,87	62,95	354,8
Обед						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (200)	200/10		1,71	5,07	7,46	82,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (180)	180		6,77	7,48	43,21	267,2
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,4
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,5
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
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,3
Итого по подменю:		113,90	26,66	29,89	99,33	772,9
Итого за день:		147,83	34,71	37,76	162,28	1127,7

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Маноха М.В./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 23.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (200)	200/10		1,71	5,07	7,46	82,21
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (180)	180		6,77	7,48	43,21	267,21
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,41
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,51
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,61
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,31
Итого по подменю:		113,90	26,66	29,89	99,33	772,91
Полдник						
БУЛОЧКА "БРИОШ" (100)	100		2,96	10,46	17,62	176,51
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,61
Итого по подменю:		33,93	3,96	10,46	43,02	282,11
Итого за день:		147,83	30,62	40,35	142,35	1055,01

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Маноха М.В./



ИП Заболотская И.А.

Меню на 23.10.2023 года

МАОУ "СОШ №1" Г. ГОРЬКА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (250)	250/10		2,14	6,34	9,32	102,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (180)	180		6,77	7,48	43,21	267,2
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,4
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,5
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
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,3
Итого по подменю:		102,89	27,09	31,16	101,19	793,4


Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Маноха М.В./



ИП Заболотская И.А.
Меню на 23.10.2023 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Обед						
СУП ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (250)	250/10		2,14	6,34	9,32	102,85
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (180)	180		6,77	7,48	43,21	267,24
КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ ИЗ КУРИННОГО МЯСА (90)	90		13,64	15,56	8,71	229,45
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
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,30
Итого по подменю:		102,89	27,09	31,16	101,19	793,47

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Маноха М.В./

