

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.01.2024 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	186,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,0
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,1
Итого по подменю:	91,76		31,12	22,72	80,95	652,0

2 СМЕНА						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10		3,34	5,17	17,55	130,0
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,0
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,5
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,5
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,1
Итого по подменю:	91,76		34,46	27,89	98,50	782,0

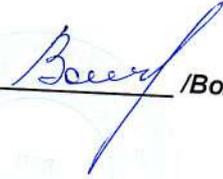
Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Вологодина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.01.2024 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	186,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,1
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
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,1
Итого по подменю:	91,76	31,12	22,72	80,95	652,6	
Полдник						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,2
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,6
Итого по подменю:	33,93	5,93	17,43	54,77	399,8	
Итого за день:	125,69	37,05	40,15	135,72	1052,4	

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Вологодина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.01.2024 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

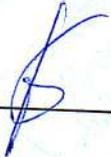
Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		7,70	7,81	37,51	251
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,
Итого по подменю:		33,93	10,29	8,05	67,59	383,
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10		3,34	5,17	17,55	130,
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,
Итого по подменю:		113,90	34,46	27,89	98,50	782,
Итого за день:		147,83	44,75	35,94	166,09	1166,

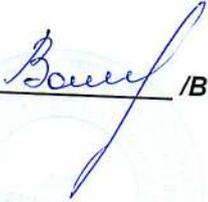
Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Вологодина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.01.2024 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,
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,
Итого по подменю:	113,90	34,46	27,89	98,50	782,	
Полдник						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,
Итого по подменю:	33,93	5,93	17,43	54,77	399,	
Итого за день:	147,83	40,39	45,32	153,27	1182,	

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Володина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.01.2024 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
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (200)	200		12,81	5,48	26,77	207
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113
Итого по подменю:		102,89	35,74	28,44	101,18	803

Утверждаю

 /Заболотская И.А./

Согласовано

 /Володина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.01.2024 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
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (200)	200		12,81	5,48	26,77	207
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113
Итого по подменю:		102,89	35,74	28,44	101,18	803

Утверждаю

 /Заболотская И.А./

Согласовано

 /Володина Ю.Н./

ИП Заболотская И.А.
Меню на 11.01.2024 года
МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 1см

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
ЗАВТРАК 2						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5		7,70	7,81	37,51	251,1
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 подмену:		33,93	10,29	8,05	67,59	383,9
Обед						
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (180)	180		11,53	4,93	24,09	186,7
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ "ЁЖИКИ" (90)	90		12,16	13,51	12,46	220,0
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30		0,39	1,26	2,41	22,5
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,5
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	200		2,90	2,50	19,77	113,1
Итого по подмену:		91,76	31,12	22,72	80,95	652,6
Итого за день:		125,69	41,41	30,77	148,54	1036,5

Утверждаю _____ /Заболотская И.А./



Согласовано _____ /Вологодина Ю.Н../

