

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 30.01.2024 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 1-4 КЛАСС**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>1 СМЕНА</b>						
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (200)	200		36,36	37,28	36,14	625,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ФРУКТ	100		0,90	0,20	8,10	37,0
<b>Итого по подменю:</b>	<b>91,76</b>		<b>40,39</b>	<b>37,75</b>	<b>88,72</b>	<b>856,0</b>

<b>2 СМЕНА</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (200)	200		36,36	37,28	36,14	625,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,0
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
<b>Итого по подменю:</b>	<b>91,76</b>		<b>44,25</b>	<b>44,69</b>	<b>109,12</b>	<b>1015,0</b>

Утверждаю  /Заболотская И.А./

Согласовано  /Володина Ю.Н./

# ИП Заболотская И.А.

Меню на 30.01.2024 года

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

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5		8,86	8,96	41,03	280,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,0
<b>Итого по подменю:</b>		<b>33,93</b>	<b>11,45</b>	<b>9,20</b>	<b>71,11</b>	<b>412,0</b>
<b>Обед</b>						
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (200)	200		36,36	37,28	36,14	625,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,0
<b>Итого по подменю:</b>		<b>91,76</b>	<b>41,05</b>	<b>37,83</b>	<b>88,08</b>	<b>856,0</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>125,69</b>	<b>52,50</b>	<b>47,03</b>	<b>159,19</b>	<b>1269,0</b>

Утверждаю



/Заболотская И.А./

Согласовано



/Вологодина Ю.Н./

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 30.01.2024 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСК 7-10 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (200)	200		36,36	37,28	36,14	625,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,1
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,1
<b>Итого по подменю:</b>		<b>91,76</b>	<b>41,05</b>	<b>37,83</b>	<b>88,08</b>	<b>856,1</b>
<b>Полдник</b>						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,1
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,1
<b>Итого по подменю:</b>		<b>33,93</b>	<b>5,93</b>	<b>17,43</b>	<b>54,77</b>	<b>399,1</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>125,69</b>	<b>46,98</b>	<b>55,26</b>	<b>142,85</b>	<b>1256,1</b>

Утверждаю  /Заболотская И.А./



Согласовано  /Вологодина Ю.Н./





**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 30.01.2024 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5		8,86	8,96	41,03	280,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,0
<b>Итого по подменю:</b>	<b>33,93</b>		<b>11,45</b>	<b>9,20</b>	<b>71,11</b>	<b>412,0</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (220)	220		40,00	41,01	39,75	688,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,0
<b>Итого по подменю:</b>	<b>113,90</b>		<b>47,89</b>	<b>48,42</b>	<b>112,73</b>	<b>1078,0</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>147,83</b>		<b>59,34</b>	<b>57,62</b>	<b>183,84</b>	<b>1491,0</b>

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



Согласовано \_\_\_\_\_ /Вологодина Ю.Н./



**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 30.01.2024 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 1см**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5		8,86	8,96	41,03	280,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,01		15,32	61,0
<b>Итого по подменю:</b>		<b>33,93</b>	<b>11,45</b>	<b>9,20</b>	<b>71,11</b>	<b>412,0</b>
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (220)	220		40,00	41,01	39,75	688,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,0
<b>Итого по подменю:</b>		<b>113,90</b>	<b>47,89</b>	<b>48,42</b>	<b>112,73</b>	<b>1078,0</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>147,83</b>	<b>59,34</b>	<b>57,62</b>	<b>183,84</b>	<b>1491,0</b>



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



Согласовано \_\_\_\_\_ /Вологодина Ю.Н./

**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 30.01.2024 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА 11-18 ЛЕТ (ОВЗ) 2СМ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (220)	220		40,00	41,01	39,75	688,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,0
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,0
<b>Итого по подменю:</b>	<b>113,90</b>		<b>47,89</b>	<b>48,42</b>	<b>112,73</b>	<b>1078,0</b>
<b>Полдник</b>						
БУЛОЧКА (100)	100		4,93	17,43	29,37	294,0
СОК 0,2Л	200		1,00		25,40	105,0
<b>Итого по подменю:</b>	<b>33,93</b>		<b>5,93</b>	<b>17,43</b>	<b>54,77</b>	<b>399,0</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>147,83</b>		<b>53,82</b>	<b>65,85</b>	<b>167,50</b>	<b>1478,0</b>

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



Согласовано \_\_\_\_\_ /Вологодина Ю.Н./



**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 30.01.2024 года**  
**МАОУ "СОШ № 1" Г.ГОРНОЗАВОДСКА ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,0
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (220)	220	40,00	41,01	39,75	688,0	
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20	1,56	0,28	7,46	38,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30	2,58	0,24	14,76	71,0	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,55	0,03	29,72	121,0	
ФРУКТ	100	0,90	0,20	8,10	37,0	
<b>Итого по подменю:</b>		<b>102,89</b>	<b>48,79</b>	<b>48,62</b>	<b>120,83</b>	<b>1116,0</b>

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



Согласовано \_\_\_\_\_ /Володина Ю.Н./





**ИП Заболотская И.А.**  
**Меню на 30.01.2024 года**  
**МАОУ"СОШ№1"Г.ГОРН-КА ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛ**

Название блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калори
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10		3,20	6,86	21,04	158,
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (220)	220		40,00	41,01	39,75	688,
ХЛЕБ "РЖАНОЙ" (20)	20		1,56	0,28	7,46	38,
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ 1С	30		2,58	0,24	14,76	71,
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,55	0,03	29,72	121,
ФРУКТ	100		0,90	0,20	8,10	37,
<b>Итого по подменю:</b>		<b>102,89</b>	<b>48,79</b>	<b>48,62</b>	<b>120,83</b>	<b>1116,</b>

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



Согласовано \_\_\_\_\_ /Вологодина Ю.Н./

