

Утверждаю

Директор СОШ с.Полноват

А.Г.Лузянин



Меню СОШ с.Полноват 15.01.2025

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность ккал
3-й день 2 неделя		с 7-11 лет				
Завтрак						
Голубцы ленивые	100	81,46	10,13	15,88	0,8	149,6
Макароны отварные	220	34,65	5,3	4,3	26,27	164,4
Масло к блюдам	5	4,2	0	3,6	0,1	33,1
Какао	200	14,44	3,6	1,8	21,9	118,2
Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	23,40	111,5
Апельсин	100	30,5	0,7	0,2	6,0	28,0
Всего		172,00	23,20	26,3	78,47	604,8

Зав.производством _____

Медсестра _____



Утверждаю
Директор СОШ с.Полноват
А.Г.Лузянин

Меню СОШ с.Полноват 15.01.2025

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
3-й день 2 неделя		Льготная категория с 7-11 лет				
Завтрак						
Голубцы ленивые	100	81,46	10,13	15,88	0,8	149,6
Макароны отварные	220	34,65	5,3	4,3	26,27	164,4
Масло к блюдам	5	4,2	0	3,6	0,1	33,1
Какао	200	14,44	3,6	1,8	21,9	118,2
Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	23,40	111,5
Апельсин	100	30,5	0,7	0,2	6,0	28,0
Всего		172,00	23,20	26,3	78,47	604,8
Обед						
Салат Витаминный	100	38,8	1,6	5,1	9,9	91,7
Суп кудрявый	250	26,8	2,5	8,3	6,8	96,6
Мясо для супа	30	39,3	5,7	3,5	0,0	55,0
Гуляш мясной	60	72,1	5,9	6,4	5,5	102,7
Гречка отварная	200	27,87	3,90	1,68	18,99	128,35
Сок натуральный	200	29,9	0,2	0,0	32,0	128,8
Хлеб ржаной	50	6,75	2,5	0,6	10,7	104,4
Хлеб пшеничный	50	6,5	3,5	0,5	13,4	111,5
Всего		248,0	25,8	26,0	97,3	819,1

Зав.производством _____
Медсестра _____



Утверждаю
 Директор СОШ с.Полноват
 А.Г.Лузянин

Меню СОШ с.Полноват 15.01.2025

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность ккал
3-й день 2 неделя		Льготная категория с 12-18 лет				
Завтрак						
Голубцы ленивые	100	81,46	10,13	15,88	0,8	149,6
Макароны отварные	220	34,65	5,3	4,3	26,27	164,4
Масло к блюдам	5	4,2	0	3,6	0,1	33,1
Какао	200	14,44	3,6	1,8	21,9	118,2
Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	23,40	111,5
Апельсин	100	30,5	0,7	0,2	6,0	28,0
Всего		172,00	23,20	26,3	78,47	604,8
Обед						
Салат Витаминный	100	48,8	1,6	5,1	9,9	91,7
Суп кудрявый	250	26,8	2,5	8,3	6,8	96,6
Мясо для супа	30	39,3	5,7	3,5	0,0	55,0
Гуляш мясной	60	72,1	5,9	6,4	5,5	102,7
Гречка отварная	200	27,87	3,90	1,68	18,99	128,35
Сок натуральный	200	29,9	0,2	0,0	32,0	128,8
Хлеб ржаной	50	6,75	2,5	0,6	10,7	104,4
Хлеб пшеничный	50	6,5	3,5	0,5	13,4	111,5
Всего		258,0	25,8	26,0	97,3	819,1

Зав.производством _____
 Медсестра _____



Утверждаю
 Директор СОШ с.Полноват
 А.Г.Лузянин

Меню СОШ с.Полноват 15.01.2025

сборник	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
3-й день 2 неделя		с 12-18 лет					
Завтрак							
886	Голубцы ленивые	100	81,46	10,13	15,88	0,8	149,6
415	Макароны отварные	180	28,65	4,3	3,5	21,5	134,5
711	Масло к блюдам	5	4,2	0	3,6	0,1	33,1
325	Какао	200	14,44	3,6	1,8	21,9	118,2
488	Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	13,40	111,5
914	Апельсин	100	30,5	0,7	0,2	6,0	28,0
	Всего		166,0	22,23	25,5	63,70	574,9

сборник	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углевод	Энергетическая ценность ккал
3-й день 2 неделя							
Обед							
Родительская оплата с 7-18 лет							
32	Салат Витаминный	60	23,28	0,1	3,1	5,9	55,02
76	Суп кудрявый	250	26,8	2,5	8,3	6,8	96,6
591	Гуляш мясной	40	45,9	3,9	4,3	3,6	68,5
412	Гречка отварная	150	20,9	2,93	1,26	14,24	96,26
626	Сок натуральный	200	29,9	0,2	0,0	32,0	128,8
488	Хлеб ржаной	50	6,75	2,5	0,6	10,7	104,4
493	Хлеб пшеничный	50	6,5	3,5	0,5	13,4	111,5
	Всего		160,0	15,6	18,0	86,7	661,1

Зав.производством _____
 Медсестра _____ *В*



Утверждаю
 Директор СОШ с.Полноват
 А.Г.Лузянин

Меню Интернат СОШ с.Полноват 15.01.2025

сборник	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность ккал
3-й день 2 неделя							
Завтрак 1				с 7-11 лет			
763	Каша молочная геркулесовая	200	51,66	4,0	3,3	18,3	119,0
1	Масло порциями	10	5,4	0,1	7,27	0,1	66,07
1613	Кофейный напиток	200	31,4	3,5	1,8	21,9	118,2
493	Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	10,4	111,5
	Всего		95,2	11,1	12,9	50,7	414,8
Завтрак 2							
886	Голубцы ленивые	100	81,46	10,13	15,88	0,8	149,6
415	Макароны отварные	220	34,65	5,3	4,3	26,27	164,4
711	Масло к блюдам	5	4,2	0	3,6	0,1	33,1
325	Какао	200	14,44	3,6	1,8	21,9	118,2
488	Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	23,40	111,5
914	Апельсин	100	30,5	0,7	0,2	6,0	28,0
	Всего		172,00	23,20	26,3	78,47	604,8
Обед							
32	Салат Витаминный	60	23,28	0,1	3,1	5,9	55,02
76	Суп кудрявый	250	26,8	2,5	8,3	6,8	96,6
357	Мясо для супа	20	26,1	3,8	2,3	0,0	36,7
591	Гуляш мясной	60	72,1	5,9	6,4	5,5	102,7
412	Гречка отварная	150	23,23	3,25	1,4	15,83	106,96
626	Сок натуральный	200	29,9	0,2	0,0	32,0	128,8
488	Хлеб ржаной	50	6,75	2,5	0,6	10,7	104,4
493	Хлеб пшеничный	50	6,5	3,5	0,5	13,4	111,5
	Всего		214,6	21,8	22,5	90,2	742,7
Ужин 1							
640	Рыба (филе) припущенная	80	42,34	8,08	0,96	0,4	35,46
418	Пюре картофельное	230	43,13	4,5	5,98	27,26	181,0
316	Чай с лимоном	200	8,0	0,1	0	15,2	61,1
493	Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	13,4	111,5
488	Хлеб ржаной	50	6,5	2,5	0,6	10,7	104,4
	Всего		106,7	18,6	8,0	55,8	493,5
2-й ужин							
546	Печенье	50	12,6	2,4	4,4	17,8	120,7
328	Молоко	200	25,2	5,4	6,2	9,2	114,2
914	Яблоко	150	30,0	1,1	0,3	9,0	42,0
	Всего		67,8	8,9	10,9	36,0	276,9
	Всего		656,3	83,6	80,5	311,2	2532,7

Зав.производством _____
 Медсестра _____



Утверждаю
Директор СОШ с.Полноват
А.Г.Лузянин

Меню Интернат СОШ с.Полноват 15.01.2025

сборник	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность ккал
3-й день 2 неделя							
Завтрак 1							
<i>с 12-18 лет</i>							
763	Каша молочная геркулесовая	250	64,58	5,0	4,1	22,9	148,8
1	Масло порциями	10	5,4	0,1	7,27	0,1	66,07
1613	Кофейный напиток	200	31,4	3,5	1,8	21,9	118,2
493	Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	10,4	111,5
	Всего		108,1	12,1	13,7	55,3	444,5
Завтрак 2							
886	Голубцы ленивые	100	81,46	10,13	15,88	0,8	149,6
415	Макароны отварные	180	28,65	4,3	3,5	21,5	134,5
711	Масло к блюдам	5	4,2	0	3,6	0,1	33,1
325	Какао	200	14,44	3,6	1,8	21,9	118,2
488	Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	23,40	111,5
914	Апельсин	100	30,5	0,7	0,2	6,0	28,0
	Всего		166,00	22,20	25,5	73,70	574,9
Обед							
32	Салат Витаминный	100	38,8	1,6	5,1	9,9	91,7
76	Суп кудрявый	250	26,8	2,5	8,3	6,8	96,6
357	Мясо для супа	20	26,1	3,8	2,3	0,0	36,7
591	Гуляш мясной	60	72,1	5,9	6,4	5,5	102,7
412	Гречка отварная	180	27,87	3,51	1,5	17,09	115,52
626	Сок натуральный	200	29,9	0,2	0,0	32,0	128,8
488	Хлеб ржаной	50	6,75	2,5	0,6	10,7	104,4
493	Хлеб пшеничный	50	6,5	3,5	0,5	13,4	111,5
	Всего		234,8	23,6	24,6	95,4	787,9
Ужин 1							
640	Рыба (филе) припущенная	100	52,93	10,1	1,2	0,5	44,33
418	Пюре картофельное	250	46,88	4,9	6,5	29,63	196,7
316	Чай с лимоном	200	8,0	0,1	0	15,2	61,1
493	Хлеб пшеничный	50	6,75	3,5	0,5	13,4	111,5
488	Хлеб ржаной	50	6,5	2,5	0,6	10,7	104,4
	Всего		121,1	21,1	8,8	58,2	518,1
2-й ужин							
546	Печенье	50	12,6	2,4	4,4	17,8	120,7
328	Молоко	200	25,2	5,4	6,2	9,2	114,2
914	Яблоко	150	30,0	1,1	0,3	9,0	42,0
	Всего		67,8	8,9	10,9	36,0	276,9
	Всего		697,7	87,8	83,4	318,6	2602,3

Зав.производством _____
Медсестра _____



Утверждаю
 Директор СОШ с.Полноват
 А.Г.Лузянин

Меню СОШ с.Полноват 15.01.2025 СД

сборник	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность ккал
2-й день 2 неделя		Льготная категория с 7-11 лет					
Завтрак							
886	Голубцы ленивые	100	79,18	10,13	15,88	0,8	149,6
142	Овощи припущенные в молочном соусе	180	41,4	3,4	6,7	12,0	121,9
711	Масло к блюдам	5	4,2	0	3,6	0,1	33,1
319	Чай (без сахара)	200	3,0	1,9	1,7	5,8	46,1
488	Хлеб ржаной	40	6,75	2,5	0,6	10,7	104,4
914	Апельсин	100	37,52	0,7	0,2	6,0	28,0
	Всего		172,00	18,59	28,7	35,40	483,1
Обед							
32	Салат Витаминный	100	48,8	1,6	5,1	9,9	91,7
76	Суп кудрявый	250	26,8	2,5	8,3	6,8	96,6
357	Мясо для супа	30	39,3	5,7	3,5	0,0	55,0
591	Гуляш мясной	75	88,3	7,4	8,0	6,9	128,4
412	Гречка отварная	200	27,87	3,90	1,68	18,99	128,35
1574	Кисель (без сахара)	200	20,3	0,1	0,0	3,1	121,7
488	Хлеб ржаной	50	6,75	2,5	0,6	10,7	104,4
	Всего		258,0	23,7	27,2	56,4	726,1

Зав.производством _____
 Медсестра _____