

"Утсерждаю"

ИТ Непобедимова И.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" Рыготное питание

Руководитель *Ирина Владимировна Н.Л.*

Директор *Ирина Владимировна Н.Л.*

МАОУ "СОШ №3" Рыготное питание 7-й класс 1 смена завтрак

Меню на 03.09.2024 года (День)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------|--------------------|-------|----|---------------------|---|---|----|----|---|---------------|--------------|----|---|----|----|--|--|--------------------------|--|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | В2 | С | | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | | | | | |

Завтрак (День 6,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--------------------|-------|------|------|------|-------|--------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|
| 227 | МАКАРОНЫ ОТВ.(150) | 150 | 3,60 | 5,64 | 6,27 | 36,01 | 223,07 | 0,09 | 0,03 | | 27,20 | 18,68 | 47,91 | 8,60 | 0,89 |
| 208 | КНЕТИ ИЗ КУР | 70/30 | 0,62 | 1,11 | 4,11 | 6,15 | 66,03 | 0,01 | 0,03 | 0,20 | 20,20 | 19,31 | 16,08 | 2,34 | 0,04 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| 1 | ХЛЕБ(50) | 50 | 2,46 | 4,30 | 0,40 | 24,60 | 119,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |

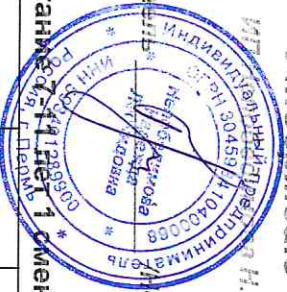
Итого по подменю: 96,26 8,18 11,05 10,78 81,80 468,46 0,16 0,08 0,20 47,40 48,50 96,53 17,97 1,53

Заг. производ. *Ирина Владимировна* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Ирина Владимировна*

"Утверждаю"

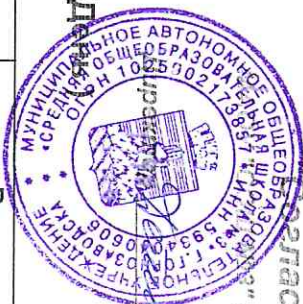
И.Т. Демкина

Руководитель И.Т. Демкина



"Согласовано"

г. Горнозаводска



И.Т. Демкина

МАОУ "СОШ №3" Льготное питание №1111111111 1 смена завтрак

Меню на 04.09.2024 года (День 7)

| № п/п | Наименование Блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | |
|-------|--------------------|-------|----|---------------------|---|---|---------------|--------------|----|---|-------|----|---|----|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг |

Завтрак (День 7,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|------------------------|--------|------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 |
| 161 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 0,64 | 10,54 | 2,22 | 6,44 | 87,90 | 0,08 | 0,09 | 0,28 | 21,20 | 31,22 | 151,70 | 33,32 | 0,72 |
| 265 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 0,19 | 0,26 | 1,26 | 1,90 | 19,94 | 0,01 | 0,01 | 0,81 | 6,00 | 1,01 | 2,96 | 1,14 | 0,06 |
| 294 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10 | 1,53 | 0,09 | 0,01 | 15,34 | 61,81 | | | 4,00 | | 4,51 | 2,24 | 1,23 | 0,11 |
| 1 | ХЛЕБ(40) | 40 | 1,97 | 3,44 | 0,32 | 19,68 | 95,36 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |

Итого по блюду: 95,26 6,50 17,58 10,60 65,02 425,72 0,29 0,24 30,40 57,91 91,49 280,48 73,81 2,54

Зав. производ. _____ /Негодимова И.В./ Калькулятор _____ /

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л.



МАОУ "СОШ №3" г. Владивосток

"Согласовано"

Директор Школа Н.И.



МАОУ "СОШ №3" Лыготное питание № 11 лет 1 смены завтрак

Меню на 05.09.2024 года (День)

Завтрак (День 9,)

| № п/п | Наименование блюда | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | | | |
|-------------------|--------------------|-------|---------------------|-------|-------|---------------|--------------|------|------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Мг | Fe | | |
| 224 | РИС ОТВАРНОЙ (150) | 3,37 | 4,08 | 7,01 | 33,70 | 214,25 | | 0,01 | | | 27,20 | 8,99 | 3,54 | 0,44 | 0,07 | |
| 176 | ТЕФТЕЛИ | 70/30 | 0,92 | 9,54 | 13,80 | 9,24 | 199,29 | 0,05 | 0,08 | 2,78 | | 19,03 | 101,72 | 14,61 | 1,51 | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | |
| 1 | ХЛЕБ(60) | 60 | 2,95 | 5,16 | 0,48 | 29,52 | 143,04 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 | |
| Итого по подменю: | | 96,26 | 8,74 | 18,78 | 21,29 | 87,50 | 616,74 | 0,12 | 0,11 | 2,78 | | 27,20 | 40,53 | 144,30 | 23,48 | 2,29 |

Зав. производ.

И.И.И.

И.В.И. Калькулятор

И.И.И.

"Утверждаю"

ИТ №0609/2024

Руководитель

Менеджер Меню на 06.09.2024 года (День)

Директор МАОУ "СОШ №3" Рыгачинская

"Составлено"

ИТ №0609/2024

Меню на 06.09.2024 года (День)

МАОУ "СОШ №3" Рыгачинское питание 7-11 классы, завтрак



Завтрак (День 10,)

| № п.п. | Наименование Блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------|-------------------------|--------|------|---------------------|------|-------|---------------|--------------|------|-------|-------|-------|-------|-------|--------------------------|--|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180) | 180 | 2,48 | 3,14 | 7,33 | 24,81 | 177,73 | 0,18 | 0,12 | 30,21 | 32,62 | 20,27 | 92,56 | 35,12 | 1,38 | | | | |
| 178 | ГОЛУБИЦЫ ПЕНИВЫЕ | 70/30 | 0,59 | 6,54 | 7,79 | 5,89 | 119,82 | 0,04 | 0,07 | 20,11 | 8,00 | 28,71 | 71,84 | 14,80 | 1,13 | | | | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,59 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | | 6,00 | 19,50 | 0,33 | | | | |
| 294 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10 | 1,53 | 0,09 | 0,01 | 15,34 | 61,81 | | | 4,00 | | | 4,51 | 2,24 | 0,14 | | | | |

Итого по подменю: 96,26 6,08 12,35 15,37 60,80 430,88 0,25 0,20 54,32 40,62 59,49 186,14 55,35 2,95

Зав. производ.

Менеджер Меню на 06.09.2024 года (День)

Калькулятор

"Утзорждаю"

ИТГ Непобедимов И.В. ИП

"Создаю"

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 ЛЕТ

Руководитель: И.В. Непобедимова

Директор: И.И. Непобедимова

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 ЛЕТ 1 смена **ЗАВТРАК**

Меню на 03.09.2024 года (День)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|-------|--------------------|-------|----|---------------------|---|---|---------------|--------------|----|---|-------|--------------------------|---|----|----|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe |

Завтрак (День 6,)

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--------------------|---------------------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| 227 | МАКАРОНЫ ОТВ.(150) | 150 | 3,60 | 5,64 | 6,27 | 36,01 | 223,07 | 0,09 | 0,03 | | 27,20 | 18,69 | 47,91 | 9,60 | 0,89 | |
| 208 | КНЕПЫ ИЗ КУР | 70/30 | 0,62 | 1,11 | 4,11 | 6,15 | 66,03 | 0,01 | 0,03 | 0,20 | 20,20 | 19,31 | 16,08 | 2,34 | 0,04 | |
| 301 | ЧАЙ ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | |
| 1 | ХЛЕБ(50) | 50 | 2,46 | 4,30 | 0,40 | 24,60 | 119,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 22,50 | 7,00 | 0,59 | |
| | | Итого по подменю: | 97,40 | 8,18 | 11,05 | 10,78 | 61,80 | 468,46 | 0,16 | 0,08 | 0,20 | 47,40 | 48,50 | 96,53 | 17,97 | 1,53 |
| | | Второй завтрак (День 6,) | | | | | | | | | | | | | | |
| 312 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60 | 3,78 | 4,75 | 9,12 | 37,91 | 243,34 | 0,08 | 0,04 | | | 39,00 | 12,21 | 44,56 | 7,30 | 0,61 |
| 301 | ЧАЙ ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | |
| | | Итого по подменю: | 28,29 | 5,28 | 4,75 | 8,12 | 52,85 | 303,50 | 0,08 | 0,04 | | 39,00 | 12,72 | 44,60 | 7,33 | 0,66 |

Зав. производ. *Непобедимов И.В.* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Непобедимов И.И.*

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Составлено"

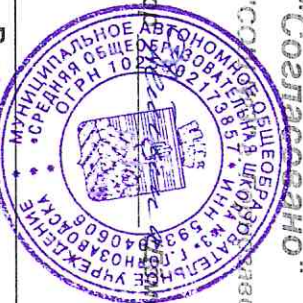
МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л./

Директор МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ Непобедимова Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ

Меню на 04.09.2024 года (День)



| № п/п | Наименование блюд | XE | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------|-------------------|----|---------------------|---|---|---------------|--------------|----|---|--------------------------|----|---|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe |

Завтрак (День 7,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|------------------------|--------|------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 |
| 161 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 0,64 | 10,54 | 2,22 | 6,44 | 87,90 | 0,08 | 0,09 | 0,28 | 21,20 | 31,22 | 151,70 | 33,32 | 0,72 |
| 265 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 0,19 | 0,26 | 1,26 | 1,90 | 19,94 | 0,01 | 0,01 | 0,81 | 6,00 | 1,01 | 2,96 | 1,14 | 0,06 |
| 294 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10 | 1,53 | 0,09 | 0,01 | 15,34 | 61,91 | | | 4,00 | 4,51 | 2,24 | 1,23 | 0,11 | |
| 1 | УГЛЕС(40) | 40 | 1,97 | 3,44 | 0,32 | 19,69 | 95,36 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |

Итого по подменю: 98,72 6,50 17,58 10,60 65,02 425,72 0,29 0,24 30,40 57,91 91,49 280,48 73,81 2,54

Второй завтрак (День 7,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|------------------|-----|------|------|------|-------|--------|------|------|--|-------|-------|-------|------|------|
| 342 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 80 | 3,76 | 4,75 | 0,12 | 37,61 | 243,34 | 0,06 | 0,04 | | 39,60 | 12,21 | 44,56 | 7,30 | 0,64 |
| 301 | ЧАЙ ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |

Итого по подменю: 26,97 5,28 4,75 8,12 52,85 303,50 0,08 0,04 39,00 12,72 44,60 7,33 0,66

Зав. производ. *Непобедимова И.В.* /Калькулятор

Непобедимова И.В.

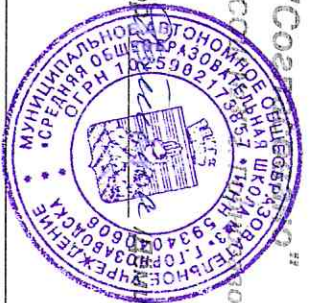
"Утверждаю"

И.И. Неподейкина

Руководитель И.И. Неподейкина Н.Д./

Меню на 05.09.2024 года (День 9)

Директор И.И. Неподейкина Н.И./



Завтрак (День 9,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------------------|--------------------|-------|------|---------------------|-------|-------|---------------|--------------|------|------|--------------------------|-------|--------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe |
| 224 | РИС ОТВАРНОЙ (150) | 150 | 3,37 | 4,08 | 7,01 | 33,70 | 214,25 | 0,01 | | | 27,20 | 8,99 | 3,54 | 0,44 | 0,07 |
| 176 | ТЕФТЕЛИ | 70/30 | 0,92 | 9,54 | 13,80 | 9,24 | 199,29 | 0,05 | 0,08 | 2,78 | | 19,03 | 101,72 | 14,61 | 1,51 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| 1 | ХЛЕБ(60) | 60 | 2,95 | 5,16 | 0,48 | 29,52 | 142,04 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подъёму: | | 96,86 | 8,74 | 18,78 | 21,29 | 87,50 | 616,74 | 0,12 | 0,11 | 2,78 | 27,20 | 40,53 | 144,30 | 23,48 | 2,29 |

Второй завтрак (День 9,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|--------------------|--------|------|------|------|-------|--------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|
| 315 | СУПОВКА РОССИЙСКАЯ | 60 | 3,56 | 4,44 | 5,07 | 36,59 | 209,74 | 0,07 | 0,04 | | 30,00 | 11,62 | 43,54 | 6,57 | 0,61 |
| 294 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10 | 1,53 | 0,09 | 0,01 | 15,34 | 61,81 | | | 4,00 | | 4,51 | 2,24 | 1,23 | 0,11 |
| Итого по подъёму: | | 28,83 | 5,19 | 4,53 | 5,08 | 51,93 | 271,55 | 0,07 | 0,04 | 4,00 | 30,00 | 16,13 | 45,78 | 7,90 | 0,72 |

Зав. производ.

И.И. Неподейкина

И.И. Неподейкина И.В./

Калькулятор

И.И. Неподейкина

"Утверждаю"

ИП Непобедимова И.В.

Руководитель Непобедимова И.В.



ИП Непобедимова И.В.

Директор Непобедимова И.В.



МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ 1 смена

Меню на 06.09.2024 года (День)

Завтрак (День 10,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------------------|-------------------------|--------|------|---------------------|-------|-------|---------------|--------------|------|-------|--------|-------|--------|-------|--------------------------|------|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Мг | Фе | | | | |
| 241 | ТЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180) | 180 | 2,48 | 3,14 | 7,33 | 24,81 | 177,73 | 0,18 | 0,12 | 30,21 | 32,62 | 20,27 | 92,56 | 35,12 | 1,36 | | | | |
| 179 | ГОЛУБИЦЫ ПЕНИВЫЕ | 70/30 | 0,59 | 6,54 | 7,79 | 5,89 | 119,82 | 0,04 | 0,07 | 20,11 | 8,00 | 28,71 | 71,94 | 14,80 | 1,13 | | | | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,06 | 19,50 | 4,20 | 0,33 | | | | |
| 294 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10 | 1,53 | 0,09 | 0,01 | 15,34 | 61,91 | | | 4,00 | | 4,51 | 2,24 | 1,23 | 0,11 | | | | |
| Итого по подменю: | | 96,62 | 6,08 | 12,35 | 15,37 | 60,80 | 430,88 | 0,25 | 0,20 | 54,32 | 40,62 | 59,49 | 185,14 | 55,35 | 2,95 | | | | |
| Итого по подменю: | | 29,07 | 5,28 | 4,75 | 8,12 | 52,85 | 303,50 | 0,08 | 0,04 | | | 39,00 | 12,72 | 44,60 | 7,33 | 0,66 | | | |

Заг. производ. Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"
ИТ Начальник



Руководитель Савинова Н.Г./

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Калыулунпор



Директор Савинова Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 лет 2 смена обед Меню на 03.09.2024 года (День)

| № рец. | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------|--------------------|-------|----|---------------------|---|---|---------------|--------------|----|---|-------|----|---|--------------------------|----|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | |

Обед (День 6,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|------------------------|-------|------|------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 45 | СУП ГОРОХОВЫЙ | 250 | 1,96 | 5,40 | 4,76 | 19,60 | 142,78 | 0,23 | 0,08 | 11,50 | 20,00 | 35,00 | 107,60 | 38,10 | 1,97 |
| 227 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120) | 120 | 2,88 | 4,52 | 4,99 | 28,81 | 178,16 | 0,07 | 0,02 | | 21,60 | 9,05 | 37,12 | 6,53 | 0,66 |
| 208 | КНЕПЛИ ИЗ КУР | 70/30 | 0,62 | 1,11 | 4,11 | 6,15 | 66,03 | 0,01 | 0,03 | 0,20 | 20,20 | 19,31 | 16,08 | 2,34 | 0,04 |
| 1 | АЛЕС(30) | 30 | 1,49 | 2,59 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,23 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |

Итого по подменю: 96,26 8,44 13,61 14,10 84,35 518,65 0,34 0,14 11,70 61,80 69,97 180,34 51,20 3,05

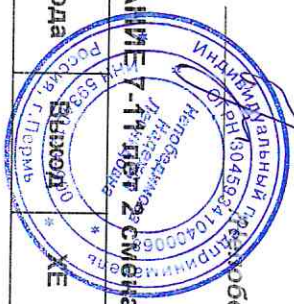
Зав. производ. Стефан Начальник Савинова Н.Г./ Калыулунпор Стефан

"Утверждаю"
 ИП Непобедимова Н.В.

"Согласно"
 МАОУ "СОШ №3" г. Кольчугинское

Руководитель МАОУ "СОШ №3" г. Кольчугинское Н.В. /

Директор МАОУ "СОШ №3" г. Кольчугинское Н.И. /



МАОУ "СОШ №3" ПЛЫТНОЕ ПИТАНИЕ № 7-11 от 2 сентября обед
 Меню на 04.09.2024 года (День)



Обед (День 7,)

| № п/п | Наименование блюда | XE | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------------------|-----------------------------------|--------|---------------------|-------|-------|---------------|--------------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------------------------|------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Фе | | | | |
| 63 | ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250/10 | 0,91 | 2,03 | 6,70 | 9,11 | 104,82 | 0,07 | 0,06 | 30,03 | 15,00 | 48,76 | 51,70 | 21,34 | 0,80 | | | |
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 | | | |
| 161 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 0,64 | 10,54 | 2,22 | 6,44 | 87,90 | 0,09 | 0,09 | 0,28 | 21,20 | 31,22 | 151,70 | 33,32 | 0,72 | | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | | | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 | | | |
| Итого по подменю: | | 96,26 | 5,70 | 18,40 | 15,95 | 67,01 | 485,11 | 0,34 | 0,29 | 55,62 | 66,91 | 133,24 | 320,52 | 91,41 | 3,11 | | | |

Составитель: *Степанов* / *Степанов*
 ИП Непобедимова Н.В. / Кольчугинское

"Утверждено"

МП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

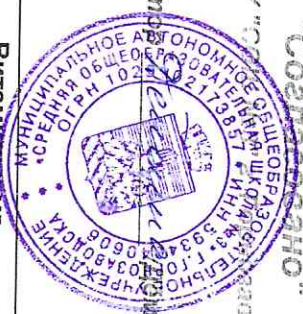
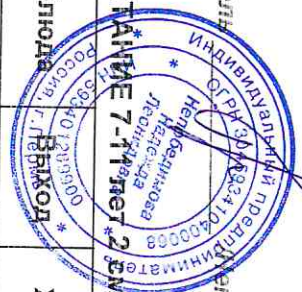
"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" Лыготное

Директор Школа Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 кл. 2 смена обед

Меню на 05.09.2024 года (День)



Обед (День 9,)

| N рец. | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | Калории, ккал | Витаминный, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------|--------------------|--------|------|---------------------|-------|-------|--------|---------------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--------------------------|--|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | | | |
| 43 | СВЕКОЛЬНИК | 250/10 | 1,68 | 2,52 | 6,76 | 16,83 | 138,29 | 0,08 | 0,08 | 18,12 | 15,00 | 43,43 | 72,67 | 31,77 | 1,54 | | | | | |
| 201 | РИС(100) | 100 | 2,25 | 2,72 | 4,65 | 22,46 | 142,58 | | 0,01 | | 18,00 | 8,44 | 2,85 | 0,44 | 0,07 | | | | | |
| 176 | ТЕФТЕЛИ | 70/30 | 0,92 | 9,54 | 13,80 | 9,24 | 199,29 | 0,05 | 0,08 | 2,78 | | 19,03 | 101,72 | 14,61 | 1,51 | | | | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | | | | | |
| 1 | ХЛЕБ(40) | 40 | 1,97 | 3,44 | 0,32 | 19,68 | 95,36 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 | | | | | |

Итого по подменю:

96,25 8,32 18,22 25,53 83,25 635,68 0,17 0,18 20,90 53,00 79,41 205,28 52,45 3,61

Экв. произв.

Непобедимова Н.Л. Калькулятор Школа Н.И.

"Утверждаю"

М.П. Методический кабинет

Руководитель

Методическая Н.Д./

Директор

Методическая Н.И./



МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОННОЕ ПИТАНИЕ 7-11 лет 2 смена обед

Меню на 06.09.2024 года (День)

Обед (День 10,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | | |
|-------------------|------------------------|--------|------|---------------------|------|-------|--------|---------------|--------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | ккал | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | |
| 42 | РАССОЛЫНИК | 250/10 | 1,76 | 2,58 | 6,89 | 17,57 | 142,63 | 0,11 | 0,08 | 17,16 | 15,00 | 34,41 | 81,20 | 27,79 | 1,08 | | |
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(120) | 120 | 1,79 | 2,97 | 5,76 | 17,92 | 135,40 | 0,13 | 0,12 | 20,34 | 26,28 | 47,40 | 33,64 | 27,51 | 0,94 | | |
| 178 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 70/30 | 0,59 | 6,54 | 7,79 | 5,89 | 119,82 | 0,04 | 0,07 | 20,11 | 8,00 | 29,71 | 71,94 | 14,80 | 1,13 | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 | | |
| Итого по подмену: | | | | 95,26 | 7,12 | 14,67 | 20,68 | 71,18 | 529,53 | 0,31 | 0,28 | 57,61 | 49,28 | 117,03 | 261,22 | 74,33 | 3,53 |

Зав. производ.

Методическая

Методическая Н.Д./

Калькулятор

Методическая

"Утверждаю"

МП Непокедимова Н.Л.

МАОУ "СОШ №3" г. Ижевск

подпись

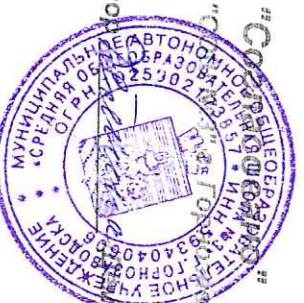
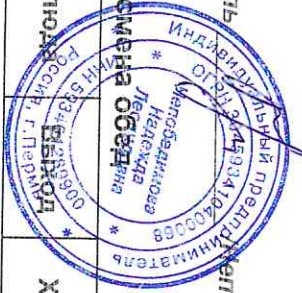
Руководитель

Непокедимова Н.Л./

Директор МАОУ "СОШ №3" г. Ижевск
Ильина Н.И./

МАОУ "СОШ №3" СВЗ 7-11 лет 2 смена **Обед**

Меню на 03.09.2024 года (День)



Обед (День 6,)

| № п/п | Наименование блюд | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------------------------|------------------------|---------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------|-------------|--|--|--|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 45 | СУП ГОРОХОВЫЙ | 250 | 1,96 | 5,40 | 4,76 | 19,60 | 142,78 | 0,23 | 0,08 | 11,50 | 20,00 | 35,00 | 107,60 | 38,10 | 1,97 | | | |
| 227 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120) | 120 | 2,08 | 4,52 | 4,99 | 28,81 | 178,16 | 0,07 | 0,02 | | 21,60 | 9,05 | 37,12 | 6,53 | 0,66 | | | |
| 208 | КНЕПЫ ИЗ КУР | 70/30 | 0,62 | 1,11 | 4,11 | 6,15 | 66,03 | 0,01 | 0,03 | 0,20 | 20,20 | 19,31 | 16,08 | 2,34 | 0,04 | | | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,46 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | 5,00 | 9,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 | | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | | | |
| Итого по подменю: | | 112,25 | 8,44 | 13,61 | 14,10 | 84,35 | 318,65 | 0,34 | 0,14 | 11,70 | 61,90 | 69,97 | 180,34 | 51,20 | 3,05 | | | |
| Итого по подменю: | | 13,43 | 5,28 | 4,75 | 8,12 | 52,95 | 303,50 | 0,08 | 0,04 | | 39,00 | 12,72 | 44,60 | 7,33 | 0,66 | | | |

Итого по подменю: 112,25

Итого по подменю: 13,43

Зав. производ. *Меню*

Непокедимова Н.В./ Калькулятор

Меню

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова И.В.Н.П.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Владивосток

Руководитель



Непобедимова И.В./

Директор



Иванова Н.И./

МАОУ "СОШ №3" СВЗ 7-11 лет 2 см.эта **Обед**

Меню на 04.09.2024 года (День)

Второй завтрак (День 7,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | |
|-------|--------------------|-------|------|---------------------|------|-------|--------|------|---------------|--------------|----|---|--------------------------|-------|-------|------|------|------|------|
| | | | | Б | Ж | У | ж | ж | | В1 | В2 | С | Амг | Са | Р | Мг | Fe | | |
| 312 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60 | 3,78 | 4,75 | 8,12 | 37,81 | 243,34 | 0,08 | 0,04 | | | | 39,00 | 12,72 | 44,60 | 7,33 | 0,66 | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |

Итого по подменю:

Обед (День 7,)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------------|--------|------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|--|--|
| 63 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250/10 | 0,91 | 2,03 | 0,70 | 9,11 | 104,32 | 0,07 | 0,06 | 30,03 | 15,00 | 48,76 | 51,70 | 21,34 | 0,80 | | | | |
| 241 | ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 5,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,23 | | | | |
| 161 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 0,64 | 10,84 | 2,99 | 6,44 | 89,90 | 0,08 | 0,04 | 0,99 | 21,90 | 31,99 | 151,90 | 38,39 | 0,92 | | | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | | | | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 | | | | |

Итого по подменю:

Заг. производ.

Иванова Н.И. /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Иванова Н.И.*

16,87 6,70 19,40 15,95 67,01 485,11 0,34 0,29 55,62 66,91 133,24 320,52 91,41 3,11

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова Н.Л.

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 лет 2 смены

"Составлено"

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 лет 2 смены

Руководитель



Непобедимова Н.Л./

Директор



Величина Н. И./

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 лет 2 смены

Меню на 05.09.2024 года (День 9)

Второй завтрак (День 9,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------------------|--------------------|-------|------|---------------------|------|-------|---------------|--------------|------|-------|--------------------------|-------|------|------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe |
| 315 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ | 60 | 3,66 | 4,44 | 5,07 | 36,59 | 209,74 | 0,07 | 0,04 | 30,00 | 11,62 | 43,54 | 6,67 | 0,61 | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| Итого по подменю: | | 15,56 | 5,16 | 4,44 | 5,07 | 51,63 | 269,90 | 0,07 | 0,04 | 30,00 | 12,13 | 43,56 | 6,70 | 0,66 | |

Обед (День 9,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|-------------|--------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|--------|--------|-------|------|
| 43 | СЕРБИКОВНИК | 250/10 | 1,66 | 2,52 | 5,76 | 16,83 | 138,29 | 0,08 | 0,03 | 18,12 | 15,00 | 43,43 | 72,67 | 31,77 | 1,54 |
| 201 | РУСО(100) | 100 | 2,25 | 2,72 | 4,65 | 22,46 | 142,58 | | 0,01 | 18,00 | 8,44 | 2,85 | 0,44 | 0,07 | |
| 176 | ТЕФТЕЛИ | 70/36 | 0,92 | 9,94 | 13,90 | 9,24 | 199,29 | 0,05 | 0,05 | 4,74 | 19,04 | 101,90 | 106,60 | 1,50 | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| 1 | ХЛЕБ(40) | 40 | 1,97 | 3,44 | 0,32 | 19,68 | 95,36 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: | | 110,04 | 8,32 | 18,22 | 25,53 | 83,25 | 635,68 | 0,17 | 0,18 | 20,90 | 33,00 | 79,41 | 203,28 | 52,45 | 3,61 |

Зав. производ.

Инициалы

Непобедимова И.В./ Калькулятор

Инициалы

"Утверждаю"

"Согласовано"

И.П. Непобедимова И.П.

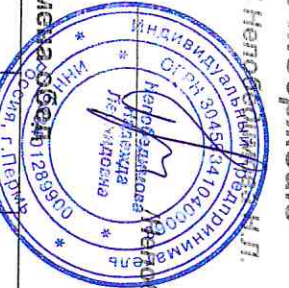
И.П. Горнозаводска

Руководитель Н.П. Непобедимова И.П.

Директор И.П. Демичина И.И.

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 лет 2 смены

Меню на 06.09.2024 года (День)



Второй завтрак (День 10,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | В1 | В2 | С | А,мкг | Минеральные вещества, мг | | | |
|-------------------|--------------------|-------|------|---------------------|------|-------|---------------|------|------|---|-------|--------------------------|-------|------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | | | | | Са | Р | Мg | Fe |
| 312 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60 | 3,78 | 4,75 | 8,12 | 37,81 | 243,34 | 0,08 | 0,04 | | 39,00 | 12,21 | 44,56 | 7,30 | 0,61 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| Итого по подменю: | | 19,19 | 5,28 | 4,75 | 8,12 | 52,85 | 303,50 | 0,08 | 0,04 | | 39,00 | 12,72 | 44,60 | 7,33 | 0,66 |

Обед (День 10,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|------------------------|--------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|--------|--------|-------|------|
| 29 | МАССОЛ-НИК | 250/10 | 1,76 | 2,58 | 5,09 | 17,07 | 142,63 | 0,11 | 0,00 | 17,16 | 15,00 | 34,41 | 81,20 | 27,79 | 1,08 |
| 241 | Пюре из картофеля (20) | 140 | 1,79 | 2,97 | 5,76 | 17,92 | 135,40 | 0,13 | 0,12 | 20,34 | 26,28 | 47,40 | 88,64 | 27,51 | 0,94 |
| 178 | Пюре из картофеля | 70/30 | 0,34 | 0,56 | 1,12 | 3,58 | 28,92 | 0,04 | 0,04 | 20,11 | 8,90 | 28,71 | 71,64 | 14,80 | 1,13 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| Итого по подменю: | | 106,50 | 7,12 | 14,67 | 20,68 | 71,18 | 529,53 | 0,31 | 0,28 | 57,61 | 49,28 | 117,03 | 261,22 | 74,33 | 3,53 |

Заг. производ. И.П. Непобедимова И.И. / Калькулятор

И.П. Непобедимова

И.И. Калькулятор

"Утверждаю:"

МТ Непобедимова Н.Л.

"Согласовано:"

МАОУ "Средняя общеобразовательная школа №3 г.Торнозаводска

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Дейкина Н.И.

МАОУ "СОШ №3" ПЫЛГОТНОЕ ПИТАНИЕ

Меню на 03.09.2024 года (День)



Обед (День 6,)

| № п/п | Наименование блюд | Единица | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | | | Калории, ккал | Витаминный, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | |
|-------|------------------------|---------|------|---------------------|------|-------|--------|------|------|---------------|----------------|-------|--------|-------|------|--|--------------------------|--|--|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | В2 | С | | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | | | | | |
| 45 | СУП ГОРОХОВЫЙ | 250 | 1,96 | 5,40 | 4,76 | 19,60 | 142,78 | 0,23 | 0,08 | 11,50 | 20,00 | 35,00 | 107,60 | 38,10 | 1,97 | | | | | | | |
| 227 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120) | 120 | 2,88 | 4,52 | 4,99 | 28,81 | 178,16 | 0,07 | 0,02 | | 21,60 | 9,05 | 37,12 | 6,53 | 0,66 | | | | | | | |
| 208 | КНЕПЫ ИЗ КУР | 70/30 | 0,62 | 1,11 | 4,11 | 6,15 | 66,03 | 0,01 | 0,03 | 0,20 | 20,20 | 19,31 | 16,08 | 2,34 | 0,04 | | | | | | | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,49 | 2,59 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,02 | 0,01 | | | 6,00 | 10,50 | 4,20 | 0,22 | | | | | | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | | | | | | | |

Итого по подменю: 107,93 8,44 13,61 14,10 84,35 518,65 0,34 0,14 11,70 51,80 69,87 180,34 51,20 3,05

Защ. произвед. Непобедимова Н.Л. /Калькулятор Непобедимова Н.Л.

"Утверждаю"

И.П. Методова Н.Л.

"Согласовано"

Григорьева Д.А.

Руководитель

Методова Н.Л./

Директор МБОУ "СШ №3" Методова Н.Л./

МАОУ "СОШ №3" ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 12-18 ЛЕТ

Меню на 04.09.2024 года (День)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------|--------------------|-------|----|---------------------|---|---|----|---------------|--------------|---|--------|----|---|----|----|--------------------------|--|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | | | |

Обед (День 7,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------------|--------|------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 63 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250/10 | 0,91 | 2,03 | 6,70 | 9,11 | 104,82 | 0,07 | 0,06 | 30,03 | 15,00 | 48,76 | 51,70 | 21,34 | 0,80 |
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 |
| 161 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 0,64 | 10,54 | 2,22 | 6,44 | 87,90 | 0,08 | 0,09 | 0,28 | 21,20 | 31,22 | 151,70 | 33,32 | 0,72 |
| 301 | ЧАЙ ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,02 | 0,04 |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,49 | 2,59 | 0,24 | 14,76 | 72,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,32 |

Итого по подменю:

107,93 6,70 18,40 15,95 67,01 485,11 0,34 0,29 55,62 66,91 133,24 320,52 91,41 3,11

Зав. производ.

Методова Н.Л.

Методова Н.Л./

Методова Н.Л.

Методова Н.Л./

"Утверждаю"

И.П. Непобедимова Н.Л.

Руководитель И.П. Непобедимова Н.Л.



"Согласовано"

И.П. Непобедимова Н.Л.

Директор И.П. Непобедимова Н.Л.



МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОННОЕ ПИТАНИЕ №2-18 ЛЕВ

Меню на 05.09.2024 года (День)

Обед (День 9,)

| № п/п | Наименование блюда | Секция | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | |
|-------|--------------------|--------|------|---------------------|-------|-------|--------|------|---------------|--------------|-------|-------|--------|-------|------|--|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | В2 | | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | |
| 43 | СВЕКОЛЬНИК | 250/10 | 1,68 | 2,52 | 6,76 | 16,83 | 138,29 | 0,08 | 0,08 | 18,12 | 15,00 | 43,43 | 72,67 | 31,77 | 1,54 | |
| 201 | РИС(100) | 100 | 2,25 | 2,72 | 4,65 | 22,46 | 142,58 | | 0,01 | | 18,00 | 8,44 | 2,85 | 0,44 | 0,07 | |
| 176 | ТЕФТЕЛИ | 70/30 | 0,92 | 9,54 | 13,80 | 9,24 | 199,29 | 0,05 | 0,08 | 2,78 | | 19,03 | 101,72 | 14,61 | 1,51 | |
| 501 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 50,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,02 | 0,05 | |
| 1 | ХМЕЛ(40) | 40 | 1,97 | 2,44 | 0,22 | 10,49 | 95,25 | 0,04 | 0,01 | | | 9,09 | 26,00 | 5,60 | 0,44 | |

Итого по подменю: 107,93 8,32 18,22 25,53 93,25 635,68 0,17 0,18 20,90 33,00 79,41 203,28 52,45 3,61

Зав. производ.

И.П. Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"

ИТ Непосредственного руководства Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОННОЕ ПИТАНИЕ заводская

Руководитель Меню на 06.09.2024 года (День)

Директор Директор Директор

МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОННОЕ ПИТАНИЕ № 18 ПЕТ *



Обед (День 10,)

| № рец. | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------|------------------------|--------|------|---------------------|------|-------|--------|------|---------------|--------------|-------|-------|-------|-------|--------------------------|--|--|--|--|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | В2 | | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | | |
| 42 | РАССОЛЫНИК | 250/10 | 1,76 | 2,58 | 6,89 | 17,57 | 142,63 | 0,11 | 0,08 | 17,16 | 15,00 | 34,41 | 81,20 | 27,79 | 1,08 | | | | |
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 | | | | |
| 178 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 70/30 | 0,59 | 6,54 | 7,79 | 5,89 | 119,82 | 0,04 | 0,07 | 20,11 | 8,00 | 28,71 | 71,94 | 14,80 | 1,13 | | | | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,53 | 0,04 | 0,02 | 0,05 | | | | |
| 1 | ХЛЕБ(ш) | 30 | 1,49 | 2,59 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,02 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,23 | | | | |

Итого по подменю: 107,92 7,50 14,95 21,71 74,92 554,94 0,34 0,29 62,58 53,71 116,38 270,16 79,34 3,80

Зав. производ. Меню Непосредственного И.В./ Калыгулмор

Handwritten signatures of the responsible persons.

"Утверждаю"

ИП Непобединова Н.Л.

"Согласовано"

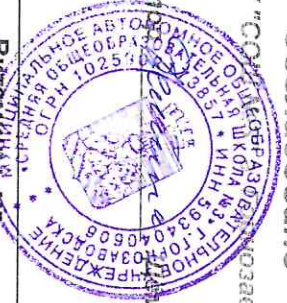
МАОУ "СОШ №3" ОЗС 12-18 лет

Руководитель ИП Непобединова Н.Л.

Директор МАОУ "СОШ №3" ОЗС 12-18 лет Непобединова Н.И./

Меню на 03.09.2024 года (День)

МАОУ "СОШ №3" ОЗС 12-18 лет



Второй завтрак (День 6,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|-------|------------------------|-------|------|---------------------|-------|-------|---------------|--------------|------|---|--------------------------|-------|-------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe |
| 315 | БУЛКА РОССИЙСКАЯ (120) | 120 | 7,32 | 8,88 | 10,13 | 73,19 | 419,48 | 0,14 | 0,09 | | 60,00 | 23,24 | 87,09 | 13,33 | 1,22 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |

Итого по подменю: 32,67 8,82 8,88 10,13 88,23 479,64 0,14 0,09 60,00 23,24 87,13 13,36 1,27

Обед (День 6,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|------------------------|-------|------|------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 25 | ОВИТ ГОРОХОВЫЙ | 250 | 1,90 | 5,40 | 4,70 | 19,00 | 142,78 | 0,23 | 0,30 | 11,30 | 20,00 | 35,00 | 107,60 | 38,10 | 1,97 |
| 227 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120) | 120 | 2,86 | 4,52 | 4,99 | 28,81 | 178,16 | 0,07 | 0,02 | | 21,60 | 9,05 | 37,12 | 6,53 | 0,66 |
| 208 | КНЕГЛИ ИЗ КУР | 70/30 | 0,62 | 1,11 | 4,11 | 6,15 | 66,03 | 0,01 | 0,03 | 0,20 | 20,20 | 19,31 | 16,08 | 2,34 | 0,04 |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,40 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,03 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |

Итого по подменю: 112,26 8,44 13,61 14,10 84,36 518,65 0,34 0,14 11,70 61,80 69,87 180,34 51,20 3,05

Заг. производ. Шуров /Непобединова И.В./ Калькулятор Шуров

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

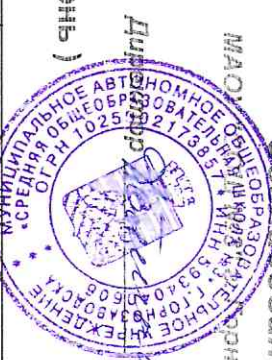
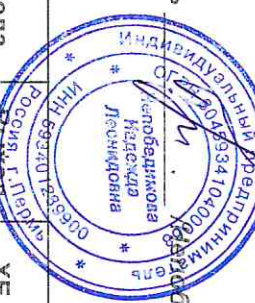
"Согласовано"

Директор И.И. Дюмина

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Меню на 04.09.2024 года (День)

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 12-18 лет



Второй завтрак (День 7,)

| № рец. | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | | | | |
|--------|--------------------|-------|------|---------------------|------|-------|---------------|--------------|------|---|-------|----|-------|-------|-------|------|------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | |
| 312 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60 | 3,78 | 4,75 | 8,12 | 37,81 | 243,34 | 0,08 | 0,04 | | | | 39,00 | 12,21 | 44,56 | 7,30 | 0,61 | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |

Обед (День 7,)

| № | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | | | | | | |
|-----|------------------------------------|--------|------|---------------------|------|-------|---------------|--------------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------|------|--|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | | | |
| 52 | УДИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250/10 | 0,91 | 2,03 | 6,70 | 9,11 | 104,82 | 0,07 | 0,06 | 30,05 | 15,00 | 48,76 | 51,70 | 21,34 | 0,80 | | | |
| 241 | ПОРЕ КАРТЮФЕЛЬНЫМ(50) | 100 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,59 | 32,52 | 1,21 | | | |
| 461 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 0,64 | 10,54 | 2,22 | 6,44 | 87,90 | 0,04 | 0,09 | 0,26 | 21,50 | 91,22 | 151,70 | 33,32 | 0,72 | | | |
| 301 | ЧАЙ ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | |
| 4 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 | | |

Итого по подмену: 108,82 6,70 18,40 15,95 67,01 485,11 0,34 0,29 55,62 66,91 133,24 320,52 91,41 3,11

Заг. производ. Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"

"Согласовано"

ИП Непобедимова И.В.

МАОУ "СОШ №3" ОЗВЗ 12-18 лет

Руководитель Калькулятора И.В. Калькулятор

Директор И.В. Калькулятор

МАОУ "СОШ №3" ОЗВЗ 12-18 лет

Меню на 05.09.2024 года (День)



Второй завтрак (День 9,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------------------------|------------------------|--------------|-------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|---|--------------------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe |
| 315 | БУЛКА РОССИЙСКАЯ (120) | 120 | 7,32 | 8,88 | 10,13 | 73,19 | 419,48 | 0,14 | 0,09 | | 60,00 | 23,24 | 87,09 | 13,33 | 1,22 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| Итого по подменю: | | 39,05 | 8,82 | 8,88 | 10,13 | 88,23 | 479,64 | 0,14 | 0,09 | | 60,00 | 23,75 | 87,13 | 13,36 | 1,27 |

Обед (День 9,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| 20 | СВЕКОЛЬНИК | 250/10 | 1,60 | 2,52 | 6,76 | 16,83 | 138,20 | 0,00 | 0,00 | 16,12 | 15,00 | 43,43 | 72,67 | 31,77 | 1,54 |
| 201 | РИС(100) | 100 | 2,25 | 2,72 | 4,65 | 22,46 | 142,58 | 0,01 | | 18,00 | 8,44 | 2,85 | 0,44 | 0,07 | |
| 175 | ТЕФТЕЛИ | 70/30 | 0,40 | 0,40 | 0,80 | 9,20 | 100,20 | 0,06 | 0,08 | 4,70 | 19,04 | 101,72 | 14,50 | 9,50 | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | |
| 1 | ХЛЕБ(40) | 40 | 1,97 | 3,44 | 0,32 | 19,68 | 95,36 | 0,04 | 0,01 | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 | |
| Итого по подменю: | | 108,78 | 8,32 | 18,22 | 25,53 | 83,25 | 635,68 | 0,17 | 0,18 | 20,90 | 33,00 | 79,41 | 203,28 | 52,45 | 3,61 |

Зас. производ.

И.В. Калькулятор

Непобедимова И.В.

Калькулятор

И.В. Калькулятор

"Утверждаю"

ИП Непобедаева Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" СВЗ 12-18 лет

Руководитель

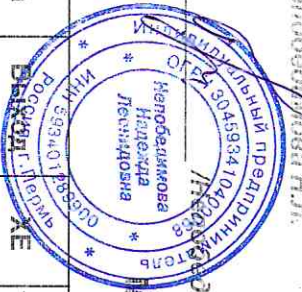
Непобедаева Н.Л./

Директор

Филиппа Н.И./

МАОУ "СОШ №3" СВЗ 12-18 лет

Меню на 06.09.2024 года (День)



Второй завтрак (День 10,)

| № п/п | Наименование Блюда | Выход, г | Калории | Пищевые вещества, г | | | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | |
|-------|--------------------|----------|---------|---------------------|------|-------|--------------|------|------|--------------------------|----|-------|-------|-------|------|------|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe | | |
| 312 | Булочка домашняя | 60 | 3,78 | 4,75 | 8,12 | 37,91 | 243,34 | 0,08 | 0,04 | | | 39,00 | 12,21 | 44,56 | 7,30 | 0,61 |
| 294 | Чай с лимоном | 200/10 | 1,53 | 0,09 | 0,01 | 15,34 | 61,81 | | | 4,00 | | | 4,51 | 2,24 | 1,23 | 0,11 |

Обед (День 10,)

| № п/п | Наименование Блюда | Выход, г | Калории | Пищевые вещества, г | | | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | | |
|-------|------------------------|----------|---------|---------------------|------|-------|--------------|------|------|--------------------------|-------|-------|-------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мg | Fe | |
| 42 | Рассольник | 250/10 | 1,76 | 2,50 | 5,89 | 17,57 | 142,63 | 0,11 | 0,08 | 17,16 | 15,00 | 34,41 | 81,20 | 27,79 | 1,08 |
| 241 | Пюре картофельное(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 |
| 178 | Полушки лимонные | 70/30 | 0,39 | 6,54 | 7,90 | 1,00 | 110,82 | 0,06 | 0,07 | 20,13 | 8,00 | 22,91 | 91,84 | 14,80 | 1,14 |
| 301 | Чай-заварка | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| 1 | Хлеб(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,35 |

Итого по подменю: 112,86 7,50 14,95 21,71 74,92 554,84 0,34 0,29 62,58 53,71 116,38 270,16 79,34 3,80

Зав. производ. *Мещеряков* /Непобедаева И.В./ Калькулятор *Мещеряков*

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова Н.Д.

"Составлено"

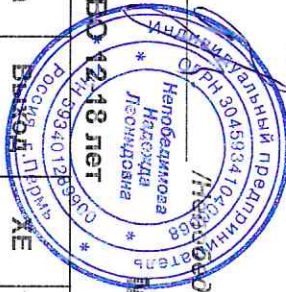
МАОУ "Технопарк" Казаводска

Руководитель _____

Директор _____

Льготное питание детей участников СВО (2, 12 лет)

Меню на 03.09.2024 года (День)



Обед (День 6,)

| № п.п. | Наименование блюда | Взвешивание | КЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|--------|------------------------|-------------|------|---------------------|------|-------|---------------|--------------|------|-------|-------|--------------------------|--------|-------|------|--|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | |
| 45 | СУП ГОРОХОВЫЙ | 250 | 1,96 | 5,40 | 4,76 | 19,60 | 142,78 | 0,23 | 0,08 | 11,50 | 20,00 | 35,00 | 107,60 | 38,10 | 1,97 | |
| 227 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(120) | 120 | 2,88 | 4,52 | 4,99 | 28,81 | 178,16 | 0,07 | 0,02 | | 21,60 | 9,05 | 37,12 | 6,53 | 0,66 | |
| 208 | КНЕПЫ ИЗ КУР | 70/30 | 0,62 | 1,11 | 4,11 | 6,15 | 66,03 | 0,01 | 0,03 | 0,20 | 20,20 | 19,31 | 16,08 | 2,34 | 0,04 | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | |

Итого по подменю: 107,93 8,44 13,61 14,10 84,36 518,65 0,34 0,14 11,70 61,80 69,87 180,34 51,20 3,05

Зав. производ.

Иванова /Непобедимова Н.Д./ Калыгулямор *Иванова*

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 1" г. Новоуральск

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Директор МАОУ "СОШ № 1" г. Новоуральск
Иванова Н.И./

Дневное питание детей участников ОВД № 12-18 лет *

Меню на 04.09.2024 года (День)

| № п/п | Наименование блюда | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | |
|-------|--------------------|----|---------------------|---|---|---|---------------|--------------|----|---|--------|--------------------------|---|----|----|--|--|
| | | | Б | Ж | У | г | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Мг | Fe | | |

Обед (День 7,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|-----------------------------------|--------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|--------|--------|-------|------|
| 63 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250/10 | 0,91 | 2,03 | 6,70 | 9,11 | 104,82 | 0,07 | 0,06 | 30,03 | 15,00 | 48,76 | 51,70 | 21,34 | 0,80 |
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 |
| 161 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 70 | 0,64 | 10,54 | 2,22 | 6,44 | 87,90 | 0,08 | 0,09 | 0,28 | 21,20 | 31,22 | 151,70 | 33,32 | 0,72 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,48 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,34 |
| Итого по подменю: | | 107,93 | 6,70 | 19,40 | 15,95 | 67,01 | 495,11 | 0,34 | 0,29 | 55,62 | 66,91 | 133,24 | 320,52 | 91,41 | 3,11 |

Зав. производ.

Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"

"Согласовано"

ИТ № 00000000000000000000

МАОУ "СОСНОВЕНСКОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 2" МНН № 5994 КРОБС

Руководитель ИТ: *Ирина Николаевна*

Директор: *Ирина Н. И.*



Меню на 05.09.2024 года (День)

Льготное питание детей участников СВО 12-18 лет

Обед (День 9,)

| № п/п | Наименование Блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | | |
|-------|--------------------|--------|------|---------------------|-------|-------|--------|------|---------------|--------------|-------|-------|--------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | ж | ж | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р |
| 43 | СВЕКОЛЬНИК | 250/10 | 1,68 | 2,52 | 6,76 | 16,83 | 138,29 | 0,08 | 0,08 | 18,12 | 15,00 | 43,43 | 72,67 | 31,77 | 1,54 |
| 201 | РИС(100) | 100 | 2,25 | 2,72 | 4,65 | 22,46 | 142,58 | | 0,01 | | 18,00 | 8,44 | 2,85 | 0,44 | 0,07 |
| 176 | ТЕФТЕЛИ | 70/30 | 0,92 | 9,54 | 13,80 | 9,24 | 199,29 | 0,05 | 0,08 | 2,78 | | 19,03 | 101,72 | 14,61 | 1,51 |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 |
| 1 | ХЛЕБ(40) | 40 | 1,97 | 2,44 | 0,22 | 19,68 | 95,26 | 0,04 | 0,01 | | | 9,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |

Итого по подменю: 107,93 8,32 18,22 25,53 83,25 635,68 0,17 0,18 20,90 33,00 79,41 203,28 52,45 3,61

Зав. производ.

Ирина Николаевна /Ирина Николаевна И.В./ Калькулятор *Ирина*

"Утсерждаю"

ИП Непобедимова Н.И./

"Согласовано"

МАОУ "Средняя общеобразовательная школа №3 г. Горнозаводска

Руководитель Непобедимова Н.И./

Директор Демкина Н.И./



Льготное питание детей участников СВО 2-18 лет

Меню на 06.09.2024 года (День)

Обед (День 10,)

| № п/п | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витаминный, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | | |
|-------------------|------------------------|--------|------|---------------------|-------|-------|---------------|----------------|------|-------|--------------------------|--------|--------|-------|------|--|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Мг | Fe | |
| 42 | РАССОЛЫНИК | 250/10 | 1,76 | 2,58 | 6,89 | 17,57 | 142,63 | 0,11 | 0,08 | 17,16 | 15,00 | 34,41 | 81,20 | 27,79 | 1,08 | |
| 241 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(150) | 150 | 2,17 | 3,25 | 6,79 | 21,66 | 160,71 | 0,16 | 0,13 | 25,31 | 30,71 | 46,75 | 97,58 | 32,52 | 1,21 | |
| 178 | ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 70/30 | 0,59 | 6,54 | 7,79 | 5,89 | 119,92 | 0,04 | 0,07 | 20,11 | 8,00 | 28,71 | 71,84 | 14,80 | 1,13 | |
| 301 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 200 | 1,50 | | | 15,04 | 60,16 | | | | | 0,51 | 0,04 | 0,03 | 0,05 | |
| 1 | ХЛЕБ(30) | 30 | 1,49 | 2,58 | 0,24 | 14,76 | 71,52 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,35 | |
| Итого по подменю: | | 107,93 | 7,50 | 14,95 | 21,71 | 74,92 | 554,84 | 0,34 | 0,29 | 62,58 | 53,71 | 116,38 | 270,16 | 79,34 | 3,80 | |

Зав. производ.

Непобедимова Н.И./ Калькулятор