

"Утверждаю"

И.П. Мамедова Н.Д.

Руководитель И.П. Мамедова Н.Д.



"Согласовано"

М.А.Оу "Согласовано"

Директор И.И. Мамедова Н.И.

М.А.Оу "СОШ №3" Лыгютное питание №11 для замены завтрака

Меню на 09.09.2024 года (День)



Завтрак (День 1,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
114	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (150)	150	3,76	15,57	7,13	37,58	276,73	0,62	0,12			27,20	96,16	252,92	81,55	5,23
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01					2,60	8,45	1,82	0,14
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(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02				12,00	39,00	8,40	0,56

Итого по подменю: 96,26 8,88 21,94 7,72 88,94 512,57 0,70 0,14 4,00 27,20 115,27 302,61 93,00 6,14

Зав. производ. И.И. Мамедова Н.И. Калькулятор

И.И. Мамедова Н.И.

"Утверждаю"

ИТ НОБ

МАОУ "СОШ №3"

"Согласовано"

МОУ "Средняя общеобразовательная школа №3"

Руководитель ИТ НОБ

Директор



МАОУ "СОШ №3" Льготное питание

Меню на 10.09.2024 года (День)



Завтрак (День 2,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
196	ГРЕЧА(150)	150	3,95	8,73	7,80	39,45	262,96	0,30	0,15		26,80	22,77	209,13	138,44	4,69
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
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	2,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 96,26 8,37 21,80 21,93 83,71 619,42 0,39 0,24 6,78 26,80 54,31 339,09 159,88 6,75

Зав. производ. *Шевцов* Игнатьев И.В./ Калькулятор

Шевцов

"Утверждено"

ИП Наталья Владимировна

Руководитель

Наталья Владимировна



"Составлено"

ИП Наталья Владимировна

Директор

Наталья Владимировна



МАОУ "СОШ №3" Лыготное питание 7-11 лет 11.09.2024 года (День 3)

Завтрак (День 3,)

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
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
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
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			9,00	25,00	5,60	0,44
365	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(10 ГР.)	10	0,01	0,05	8,25	0,08	74,77		0,01		40,00	2,40	3,00		0,02

Итого по подменю: 96,26 7,91 19,99 18,32 79,15 561,70 0,22 0,15 1,09 94,40 61,82 231,61 48,69 2,19

Заг. производ.

Мисю

Неподеймова И.В./ Калькулятор

Мисю

"Утверждаю"

ИТ Непов. Н.И.

"Согласовано"

ИТ Непов. Н.И.

Руководитель ИТ Непов. Н.И.

Директор ИТ Непов. Н.И.

МАОУ "СОШ №3" Льготное питание 7-11 лет

Меню на 13.09.2024 года (День)



Завтрак (День 5,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
241	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (180)	180	2,48	3,14	7,33	24,81	177,73	0,19	0,12	30,21	32,62	20,27	92,56	35,12	1,38
164	РЫБА ЖАРЕННАЯ (МИНТАЙ)	70	0,35	14,37	5,84	3,50	124,06	0,10	0,10	0,44	8,70	43,06	214,60	49,09	0,81
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,15					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(50)	50	2,46	4,30	0,40	24,60	110,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55

Итого по подменю: 96,26 6,79 21,81 13,57 67,95 481,15 0,34 0,24 30,65 41,32 73,84 339,70 91,24 2,79

Заг. производ. Шварц ~ Непов. Н.И. Калькулятор Шварц

"Утверждаю"

И.П. Нетескина



Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Директор

Волгина Н. И./

"Согласно"

И.П. Нетескина



МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ 1 смена

Меню на 09.09.2024 года (День)

Завтрак (День 1,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У	ккал		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
114	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (150)	150	3,76	15,57	7,13	37,58	276,73	0,62	0,12			27,20	96,16	252,92	81,55	5,23
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01					2,60	8,45	1,82	0,14
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(60)	60	2,05	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02				12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю:		87,42	8,88	21,94	7,72	88,84	512,57	0,70	0,14	4,00		27,20	115,27	302,61	93,00	6,14
Итого по подменю:		38,27	8,82	8,88	10,13	88,23	479,64	0,14	0,09			60,00	23,75	87,13	13,36	1,27
295	ТУШКА ПОСЛОЖЕНАЯ (120)	120	4,80	9,60	0,14	73,18	410,00	0,14	0,08			80,00	21,94	87,09	13,36	4,22
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16						0,51	0,04	0,03	0,05

Зае. производ.

Нетескина

Непобедимова И.В./

Калькулятор

Нетескина

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ

Козаводска

Руководитель И.П. Непобедимова Н.Л.

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

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ 1 сентября завтрак

Меню на 10.09.2024 года (День)



Завтрак (День 2,)

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминный состав, мг								
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
196	ГРЕЧА(150)	150	3,95	8,73	7,80	39,45	262,96	0,30	0,15		26,80	22,77	209,13	138,44	4,65
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,80	9,24	199,29	0,05	0,03	2,78		19,03	101,72	14,61	1,51
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	ХЛЕБ(40)	40	1,97	3,44	0,32	19,68	95,36	0,04	0,01			9,00	26,00	5,60	0,44
Итого по подменю:		95,70	8,37	21,80	21,93	83,71	619,42	0,39	0,24	6,78	26,80	54,31	339,09	159,88	6,75
Витаминный состав (День 2,)															
319	БУЛОЧКА ПОДОЖИЛА	60	3,90	4,42	9,12	25,88	203,27	0,07	0,03		41,60	12,06	40,90	6,88	0,58
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
Итого по подменю:		29,99	5,09	4,42	9,12	50,92	303,43	0,07	0,03		41,60	12,06	40,94	6,88	0,61

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

И.П. Непобедимова И.В.

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова И.И.

"Составлено"

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 ЛЕТ

Руководитель

Директор

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 ЛЕТ 1 смена

Меню на 11.09.2024 года (День)



№ 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 3,)

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	0,85
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
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	19,59	95,35	0,04	0,01			9,00	26,00	5,60	0,44
365	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(10 ГР.)	40	0,01	0,05	8,25	0,08	74,77		0,01		40,00	2,40	3,00		0,02

Итого по подменю: 99,34 7,91 19,92 18,32 79,15 561,20 0,22 0,15 1,09 54,40 61,92 231,61 48,69 2,18

Второй завтрак (День 3,)

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: 26,35 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. *Иванов И.И.* /Непобедимова И.В./ Калькулятор *Иванов И.И.*

"Утверждаю"

ИП Неподеймова И.В./И.Д.



Руководитель

Недеймова И.Д./

И.О.У. № 5940/2024



Директор Школы № 5940/2024
Лавина Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 ЛЕТ 1 смена завтрак

Меню на 12.09.2024 года (День)

Завтрак (День 4,)

№ 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				
214	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175	1,69	15,82	17,96	16,87	292,38	0,19	0,19	21,99	28,80	27,15	181,69	43,10	2,01				
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05				
	СЕТЛОКО (100ГР)	100	0,98	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		15,00	11,00	9,00	2,20				
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 подъёму:		98,42	5,65	18,80	18,60	56,47	468,46	0,25	0,22	31,99	28,80	49,66	212,23	56,33	4,59				
Итого по подъёму:		27,27	5,28	4,75	8,12	52,85	303,50	0,08	0,04			39,00	12,72	44,60	7,33	0,66			
312	СУПЧИКА КОМПАНИЯ	60	3,78	4,75	8,12	37,81	243,34	0,08	0,04			39,00	12,21	43,56	7,30	0,61			
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,56			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05				

Зав. производ.

Недеймова И.В./

Калькулятор

Лавина Н.И./



Руководитель: *Неободимова Н.Д./*

Директор: *Минина Н.И./*

МАОУ "СОШ №3" ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ 2024 г. 1 год 2 смена обед

Меню на 09.09.2024 года (День)



Обед (День 1,)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витаминный состав						
				Б	Ж	У	В1		В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
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
114	ПОРЕ ГОРОХОВОЕ (100)	100	2,50	10,38	4,72	25,03	184,14	0,41	0,08		18,00	66,52	169,00	54,48	3,50
209	КОШЕТА ЮРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	1,82	0,14
263	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	2,97	0,55	0,03	29,72	121,31	0,01	0,01	0,50		28,20	19,25	7,50	1,55
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: 95,26 8,99 17,52 11,87 89,94 536,62 0,54 0,16 30,53 33,00 154,08 274,40 90,74 6,43

Зав. производ. *Шуваев* *Неободимова Н.Д./* *Калимуллинор*

Шуваев

"Утверждаю"
ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №3" г. Кольчугино
Директор

Руководитель
Непобедимова Н.Л./

Директор
Ильина Н.И./

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

Меню на 10.09.2024 года (День)



Обед (День 2,)

№ п/п	Наименование блюда	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				
67	БОРЩ	250/10	1,35	2,25	6,67	13,51	123,03	0,06	0,07	21,91	15,00	49,74	58,90	26,79	1,27			
196	ГРЕЧА(100)	100	2,63	5,82	5,23	26,30	175,56	0,20	0,10		18,00	17,64	139,93	92,44	3,15			
176	ТЕФЕЛИ	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			
361	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: 96,26 8,37 21,05 26,92 83,77 653,40 0,35 0,26 24,69 33,00 94,92 326,59 139,47 6,42

Зав. производ. Ильина Н.И./ Кольчугинтор

Ильина Н.И.

"Утверждаю"

ИП Н.И. Директор

"Составлено"

ИП Н.И. Директор

Руководитель МБОУ "СОШ №3" Рыготное ПИТАНИЕ

Директор МБОУ "СОШ №3" Рыготное ПИТАНИЕ

МБОУ "СОШ №3" РЫГОТНОЕ ПИТАНИЕ

Меню на 11.09.2024 года (День)



Обед (День 3,)

№ п/п	Наименование Блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, 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
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
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
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,75	71,52	0,03	0,01				6,00	19,50	4,20

Итого по подменю: 85,26 8,98 21,34 15,62 89,82 555,28 0,31 0,21 17,44 63,40 90,82 300,35 73,94 3,07

Зав. производ. Директор МБОУ "СОШ №3" Рыготное ПИТАНИЕ

Handwritten signature of the production supervisor.

"Утверждаю"

ИП Неповедимова Н.Д./

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



"Согласовано"

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

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



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

Меню на 12.09.2024 года (День)

Обед (День 4,)

№ 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		
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		
214	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175	1,69	15,82	17,96	16,87	292,38	0,19	0,19	21,99	28,80	27,15	181,69	43,10	2,01		
456	ЧАЙ КАРКАДЕ (200)	200	1,51			15,11	60,45					0,45			0,05		
1	ХЛЕБ РЖАН. (30 ГР)	30	1,12	2,24	0,42	11,10	57,90	0,03	0,01			6,90	21,80	7,50	0,92		
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: 96,26 8,25 27,00 23,46 82,45 648,87 0,49 0,29 33,49 48,80 77,50 347,09 94,30 5,40

Зав. производ. Мещеряков

Неповедимова Н.Д./

Калькулятор

Мещеряков

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОТНОЕ ПИТАНИЕ

Руководитель Непобедимова Н.Л./

Директор Демича Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОТНОЕ ПИТАНИЕ №7-11 пер. 2 ст.ена обед

Меню на 13.09.2024 года (День)

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

Обед (День 5,)

44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10	1,10	1,91	6,75	11,01	112,41	0,08	0,06	20,53	15,00	29,00	52,50	20,70	0,74
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
164	РЫБА ЖАРЕННАЯ (МИНТАЙ)	70	0,35	14,37	5,84	3,50	124,06	0,10	0,10	0,44	8,70	43,06	214,60	49,09	0,81
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,59	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 96,26 6,60 22,11 19,62 65,97 528,86 0,37 0,30 46,28 54,41 125,32 384,22 106,54 3,14

Защ. производ. Швец Непобедимова И.В./ Калькулятор Швец



"Утсерждаю"

ИП Непобедимова Н.Л./

Руководитель Непобедимова Н.Л./



"Степавасано"

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 лет 2 смена

Директор Демичина Н.И./



Меню на 09.09.2024 года (День)

Второй завтрак (День 1,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг								
				Б	Ж	У		B1	B2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
315	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3,66	4,44	5,07	36,59	209,74	0,07	0,04	30,00	15,00	40,70	51,70	21,34	0,80	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16									
		Итого по подменю:	27,92	5,16	4,44	5,07	51,63	269,90	0,07	0,04	30,00	15,00	40,70	51,70	21,34	0,80

Обед (День 1,)

63	ЧУП ИЗ СРЕКЕИ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/10	0,91	2,02	0,70	9,11	104,82	0,07	0,00	30,00	15,00	40,70	51,70	21,34	0,80	
114	КОРРЕКТИВНОЕ (виш)	100	2,50	10,38	4,72	25,03	184,14	0,41	0,08	18,00	65,52	169,00	54,44	3,50		
203	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (70)	75/30	0,64	1,12	0,10	6,60	30,99	0,01				2,60	8,45	1,02	0,14	
283	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	2,97	0,55	0,03	29,72	121,31	0,01	0,01	6,50		28,20	19,25	7,50	1,55	
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:	98,62	8,99	17,52	11,87	89,94	536,62	0,54	0,16	30,53	33,00	154,08	274,40	90,74	6,43

Зас. производ. *Ильин* /Непобедимова И.В./ Калькулятор

Ильин

"Утверждаю"

ИТ Независимый эксперт Н.Л.



Руководитель ИТ Независимый эксперт Н.Л.

Меню на 10.09.2024 года (День)

Директор ИТ Независимый эксперт Н.И.



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 лет 2 смены ОБЗД

Производская

Второй завтрак (День 2,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминный состав			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	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:		19,81	5,16	4,44	5,07	51,63	269,90	0,07	0,04		30,00	12,13	43,58	6,70	0,66

Обед (День 2,)

67	БОРЩ	250/10	1,35	2,25	6,57	13,51	123,03	0,06	0,07	21,91	15,00	49,74	58,90	26,70	1,27
196	ПРЕЖА(400)	100	2,63	5,82	5,23	26,30	175,56	0,20	0,10		18,00	17,64	139,93	92,44	3,15
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,56	6,80	9,28	199,29	0,05	0,04	2,06		19,03	101,92	12,61	1,81
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:		105,88	8,37	21,05	26,02	83,77	653,40	0,35	0,26	24,69	33,00	94,92	326,59	139,47	6,42

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

Калькулятор *Ирина*

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова Н.Л.

"Составлено"

Горнозаводска

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Демкина Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 лет 2 смены

Меню на 11.09.2024 года (День)



Второй завтрак (День 3,)

№ п/п	Наименование блюда	XE	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												
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16														
Итого по подменю:		25,75	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 3,)

№ п/п	Наименование блюда	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг													
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe						
42	РАССОЛЫНИК	250/10	1,76	2,58	6,09	17,57	142,63	0,11	0,09	17,16	15,06	34,41	91,20	27,79	1,08					
227	МАКАРОНЫ ОТЪ-(150)	100	3,60	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03	27,20	18,68	47,91	8,60	0,88						
104	КОТЛЕТА ПШЕНЦА	70	0,54	10,02	2,79	6,44	89,08	0,04	0,02	0,24	24,90	41,22	141,10	38,52	0,72					
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16													
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01											
Итого по подменю:		99,94	8,98	21,34	15,62	89,82	585,28	0,31	0,21	17,44	63,40	90,82	300,35	73,94	3,07					

Зав. производ.

Непобедимова Н.В./ Калькулятор

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 лет 2 смена

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Непобедимова Н.И.

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7-11 лет 2 смена

Меню на 13.09.2024 года (День)

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

Второй завтрак (День 5,)

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

Обед (День 5,)

44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10	1,10	1,91	6,75	11,01	112,41	0,08	0,06	20,53	15,00	29,00	52,50	20,70	0,74
261	КОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ(100)	100	1,44	2,16	4,50	14,44	106,89	0,11	0,09	16,87	20,34	31,16	65,04	21,68	0,80
184	РЫБА ЖАРЕННАЯ (ПИЛТАУ)	70	0,89	14,37	5,06	3,00	124,05	0,10	0,10	9,96	8,90	41,06	214,60	49,04	0,95
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: 103,20 5,87 21,02 17,33 58,75 475,04 0,32 0,26 37,84 44,04 109,73 351,68 95,70 2,73

Зас. производ. Непобедимова И.В./ Калькулятор

Инициалы и подписи ответственных лиц

"Утверждено"

ИП Неподеймова Н.Л.

"Согласовано"

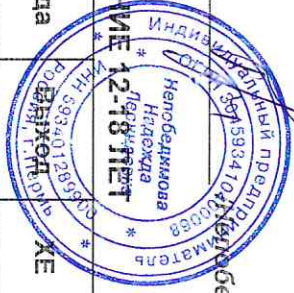
МАОУ "СОШ №3" ПРМОЗАВОДСКА

Руководитель Неподеймова Н.Л.

Директор Демкина Н.И.

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

Меню на 10.09.2024 года (День)



Обед (День 2,)

№ п/п	Наименование блюда	Кол-во	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг							
			Б	Ж	У	К		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
67	БОРЩ	250/10	1,35	2,25	6,67	13,51	123,03	0,06	0,07	21,91	15,00	49,74	58,90	26,79	1,27
219	ГРЕЧА(120)	120	3,16	6,98	6,28	31,56	210,67	0,24	0,12		21,60	16,02	166,87	110,62	3,74
176	ТЕФТЕЛИ	70/30	0,92	9,54	13,90	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			9,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 107,93 8,90 22,21 27,07 89,03 688,51 0,39 0,28 24,69 36,60 93,30 353,53 157,65 7,01

Заг. производ. Неподеймова И.В. Калькулятор

Handwritten signature

"Утверждаю"

ИТ Непобедимова И.Д./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" ЛЫГОННОЕ ПИТАНИЕ
Директор
Демкина Н. И./

Руководитель ИТ Непобедимова И.Д./

Меню на 12.09.2024 года (День)

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



№ 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

Обед (День 4,)

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
214	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175	1,69	15,82	17,96	16,87	292,38	0,19	0,19	21,99	28,80	27,15	181,69	43,10	2,01
456	ЧАЙ КАРКАДЕ (200)	200	1,51			15,11	60,45						0,45		0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,49	2,59	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,35
319	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(120)	120	7,16	10,34	7,79	71,61	397,80	0,17	0,06		8,00	19,69	91,20	15,74	1,25

Итого по подменю: 107,93 13,80 34,14 30,74 137,95 964,93 0,62 0,34 33,49 56,80 87,29 399,99 101,14 5,61

Зав. производ. Непобедимова И.В./ Калыулитор

Инициалы

"Утверждаю"

ИТ Непр. деятельности

Руководитель ИТ Непр. деятельности **Недобедимова Н.Л./**



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" Лыбгтное питание

Директор МАОУ "СОШ №3" Лыбгтное питание **Демкина Н.И./**



Меню на 13.09.2024 года (День)

Обед (День 5,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10	1,10	1,91	6,75	11,01	112,41	0,08	0,06	20,53	15,00	29,00	52,50	20,70	0,74
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
164	РЫБА ЖАРЕННАЯ (МИНТАЙ)	70	0,35	14,37	5,84	3,50	124,06	0,10	0,10	0,44	8,70	43,06	214,50	49,09	0,81
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	240	1,50			15,04	50,15					0,51	0,04	0,02	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	0,22

Итого по подменю: 107,93 6,60 22,11 19,62 65,97 528,86 0,37 0,30 46,28 54,41 125,32 384,22 106,54 3,14

Заг. производ. **Недобедимова И.В./** Калькулятор

Handwritten signature

"Утверждаю"

ИП Непобедимова И.В.

"Согласовано"

Горнозаводска

Руководитель _____

Директор _____

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 12-18 лет

Меню на 09.09.2024 года (День)



Второй завтрак (День 1,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Единица измерения	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	

Обед (День 1,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Единица измерения	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe		
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	
114	ПОРЕ ГОРОХОВОЕ (150)	150		3,76	15,57	7,13	37,58	276,73	0,62	0,12		27,20	96,16	252,92	81,55	5,23	
209	КОММЕНТА ЮРМНАС (70)	70/30		0,67	1,32	4,36	6,09	30,99	0,04				2,60	8,85	1,82	0,14	
283	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		2,97	0,55	0,03	29,72	121,31	0,01	0,01	0,50		28,20	19,25	7,50	1,55	
1	УГЛЕБ(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: 106,26 10,25 22,71 14,28 102,49 629,21 0,75 0,20 30,53 42,20 183,72 358,32 117,81 8,16

Зас. производ. _____ /Непобедимова И.В./ Калькулятор _____

"Утсерждаю"

ИП Непосредственная Администрация

Руководитель



Иванов И.И./

"Сотласовано"

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 12-18 лет

Директор



Иванова Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 12-18 лет

Меню на 11.09.2024 года (День)

Второй завтрак (День 3,)

№ 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				
312	БУЛКА ДОМАШНЯЯ (120)	120	7,56	9,50	16,25	75,61	486,68	0,16	0,08		78,00	24,42	89,13	14,60	1,22				
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,09				

Обед (День 3,)

№ 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				
42	РАССОЛЬНИК	280/10	1,70	2,50	6,09	17,57	142,63	0,11	0,08	17,10	15,00	34,41	01,20	27,79	1,00				
227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (180)	180	4,45	6,97	7,46	44,48	272,94	0,11	0,03		32,20	13,90	57,23	10,08	1,02				
291	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	0,84	10,34	2,32	4,44	87,00	0,38	0,04	0,30	21,20	11,00	44,70	4,30	0,72				
285	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	0,20	1,26	1,90	19,94	0,01	0,01	0,01	6,00	1,01	2,90	1,14	0,00				
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				
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05				

Итого по подменю: 108,00 10,02 22,93 18,07 100,19 655,09 0,34 0,22 18,25 74,40 87,05 312,63 76,56 3,26

Заг. производ. /Непобедимова И.В./ Калькулятор

Иванова

Иванова

"Утверждаю"

ИП Непогодимов И.В./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горно-Алтайск

Руководитель

Непогодимова Н.И./

Директор МАОУ "СОШ №3" г. Горно-Алтайск
Дейкина Н.И./

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 12-18 лет

Меню на 12.09.2024 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	Мg	Fe			

Второй завтрак (День 4,)

319	СЛОВА ОБЫКНОВЕННАЯ(120)	120	7,16	10,34	7,78	71,51	397,80	0,17	0,06			8,00	19,69	91,20	15,74	1,25
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16							0,51	0,04	0,05

Итого по подменю: 23,97

8,66 10,34 7,78 86,55 457,96 0,17 0,06

8,00 19,20 91,24 15,77 1,30

Обед (День 4,)

45	УП. ГОРНОАЛТАЙСКИЙ	250	1,90	2,40	4,70	23,00	122,70	0,20	0,00	21,00	20,00	20,00	20,00	107,00	20,10	1,94
456	Чай каркаде (200)	200	1,69	15,82	17,96	16,87	292,38	0,19	0,19	21,99	28,80	27,15	191,59	43,10	2,02	0,05
1	ХЛЕБ(30)	30	1,40	2,50	0,24	14,70	71,52	0,03	0,01					6,00	19,50	0,35
	ЯБЛОКО (100ГР)	100	0,98	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00				16,00	11,00	2,20

Итого по подменю: 123,96

7,62 24,20 23,36 76,14

611,53 0,48 0,30 43,49 48,80 84,60 319,79 94,40 6,56

Зав. производ. *Непогодимов И.В.* Калькулятор *Непогодимов И.В.*

"Утверждаю:"

ИП Непобедимова И.В. Н.Д./

"Согласовано:"

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 12-18 лет

Руководитель

Непобедимова И.В. Н.Д./

Директ

Ирина Н. И./

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 12-18 лет

Меню на 13.09.2024 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	Мg	Fe

Второй завтрак (День 5,)

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:

32,75 5,16 4,44 5,07 51,63 269,90 0,07 0,04 30,00 12,13 43,58 6,70 0,66

Обед (День 5,)

44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10	1,10	1,91	0,70	11,01	112,61	0,02	0,00	20,59	26,00	29,00	22,00	20,70	0,74
241	КОФЕ-КАРТОФЕЛЬНОЕ(30)	180	2,17	3,25	6,79	21,66	150,71	0,16	0,13	25,31	30,71	46,75	97,58	32,52	1,21
104	РЫБА ЖАРЕННАЯ (МАНТАЙ)	70	0,35	14,37	5,84	3,50	124,06	0,10	0,10	0,44	8,70	43,06	214,60	49,09	0,81
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:

115,08 6,60 22,11 19,62 65,97 528,86 0,37 0,30 46,28 54,41 125,32 384,22 106,54 3,14

Зав. производ.

Непобедимова И.В.

Непобедимова И.В./

Калькулятор

Непобедимова И.В.

"Утверждаю"

ИП Метобедимова Н.Г./

Руководитель ИОИ индивидуального предпринимателя Метобедимова Н.Г./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 1" ИОИ

Директор МАОУ "СОШ № 1" ИОИ Метобедимова Н.И./



Меню на 10.09.2024 года (День)

Льготное питание детей участников ОВО 12-18 лет

№ 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 2,)

67	БОРЩ	250/10	1,35	2,25	6,67	13,51	123,03	0,06	0,07	21,91	15,00	49,74	58,90	26,79	1,27
219	ГРЕНА(120)	120	3,16	6,98	6,28	31,56	210,67	0,24	0,12		21,60	16,02	166,87	110,62	3,74
176	ТЕФЕЛИ	70/30	0,92	9,84	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	19,69	95,36	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 107,93 8,90 22,21 27,07 89,03 688,51 0,39 0,28 24,69 35,60 93,30 353,53 157,65 7,01

Зав. производ. Метобедимова Н.Г./ Калькулятор

Handwritten signature

"Утверждаю"

ИТН ЧОНТОС

Руководитель

Меню на 11.09.2024 года (День)

Директор

"Согласовано"

МАДУ "СОЛ



Дыгтоге питание дегей участников СВО 12.18.2024

Обед (День 3,)

№ 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	Мg	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		
227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (180)	180	4,45	6,97	7,46	44,48	272,94	0,11	0,03		32,20	13,90	57,23	10,08	1,02		
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	0,10	0,25	1,26	1,00	19,94	0,01	0,01	0,81	6,00	1,01	2,96	1,14	0,06		
1	ХЛЕБ(30)	30	1,49	2,58	0,24	14,76	71,52	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,25		
30*	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05		

Итого по подменю: 107,93 10,82 22,93 18,07 100,19 655,09 0,34 0,22 18,25 74,40 87,05 312,63 76,56 3,26

Заг. производитель Меню /Менюбейдимова И.В./ Калыкулмур

Handwritten signatures of the manufacturer and the preparer.

"Утверждаю"

МП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Директор

Непобедимова Н.Л./

"Согласно"

МАОУ "СОШ

№ 1

Меню на 12.09.2024 года (День)



Льготное питание детей участников ВОВ 12-18 лет

Обед (День 4,)

№ 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	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			
214	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175	1,69	15,82	17,96	16,87	292,38	0,19	0,19	21,99	28,80	27,15	181,69	43,10	2,01			
456	ЧМН КАРКАДЕ (200)	200	1,51			18,11	60,45					0,45			0,05			
1	ХЛЕБ(30)	30	1,48	2,58	0,24	14,76	71,52	0,09	0,01			5,00	10,50	4,20	0,35			
319	САДОВА ОБЫКНОВЕННАЯ(120)	120	7,16	10,24	7,79	71,61	297,94	0,17	0,06		9,00	18,59	91,20	15,74	1,25			
Итого по подменю:			107,93	13,80	34,14	30,74	137,95	964,93	0,62	0,34	33,49	56,80	87,29	399,99	101,14	5,61		

Заг. производ. Мещеряков /Непобедимова Н.Л./ Калькулятор

Мещеряков

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Анна Н.П.

МАОУ "СОСНАРСКАЯ ЗАГОВОРКА"

"Согласовано"

Руководитель Н.П. Непобедимова

Директор Н.И. Директор

Льготное питание детей участников СВО 42-18 лет

Меню на 13.09.2024 года (День)

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

Обед (День 5,)

44	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10	1,10	1,91	6,75	11,01	112,41	0,08	0,06	20,53	15,00	29,00	52,50	20,70	0,74
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
164	РЫБА ЖАРЕННАЯ (МИНТАИ)	70	0,35	14,37	5,84	3,50	124,06	0,10	0,10	0,44	8,70	43,06	214,60	49,09	0,81
301	ЧАЙ ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	50,15					0,51	0,04	0,00	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:

107,93 6,60 22,11 19,62 65,97 528,86 0,37 0,30 46,28 54,41 125,32 384,22 106,54 3,14

Заг. производ. Непобедимова А.П. Руководитель

Непобедимова А.П. Руководитель