

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

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

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Давыденко В.Д./Демкина Н.И.

Структурное подразделение льготное питание детей участников СВО

Меню на 11.10.2023 года (День)



Обед

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
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (180)	180	1,99	4,57	8,33	19,91	172,93	0,09	0,11	92,97		106,07	81,81	42,43	1,70
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 90	90	0,82	1,44	0,13	8,22	39,85	0,02	0,01			3,34	10,86	2,34	0,18
258	СОУС СЛИВОЧНЫЙ (30 ГР)	30	0,18	0,63	1,71	1,80	25,08	0,01	0,03	0,07	8,34	18,63	15,96	2,38	0,03
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: 102,89 9,54 14,71 14,21 95,44 568,50 0,31 0,24 109,70 23,34 157,15 213,22 79,85 3,63

Зав. производ. Непобедимова И.В./ Калькулятор

Инициалы

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

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

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л.

Директор Давыдова Д.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" СВЗ 12-18 лет

Меню на 11.10.2023 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				

Второй завтрак

293	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,02	1,00	0,20	20,20	86,60													
319	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(120)	120	7,16	10,34	7,78	71,61	397,80	0,17	0,06			8,00	18,69	91,20	15,74	1,25				

Итого по подменю: 43,61 9,18 11,34 7,98 91,81 484,40 0,17 0,06 8,00 18,69 91,20 15,74 1,25

Обед

47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01					
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (180)	180	1,99	4,57	8,33	19,91	172,93	0,09	0,11	92,97		106,07	81,81	42,43	1,70					
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (90)	90	0,82	1,43	0,13	8,17	39,57	0,02	0,01			3,32	10,79	2,32	0,18					
258	СОУС СЛИВОЧНЫЙ (30 ГР)	30	0,18	0,63	1,71	1,80	25,08	0,01	0,03	0,07	8,34	18,63	15,96	2,38	0,03					
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: 104,22 9,54 14,70 14,21 95,39 568,22 0,31 0,24 109,70 23,34 157,13 213,15 79,83 3,63

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

Давыдова Д.И.

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л.

Директор Девкина Е.И.



Меню на 11.10.2023 года (День)

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Рыготное питание 12-18 лет

Обед

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг						
				Б	Ж	У	ккал		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (180)	180	1,99	4,57	8,33	19,91	172,93	0,09	0,11	92,97		106,07	81,81	42,43	1,70
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 90	90	0,82	1,44	0,13	8,22	39,85	0,02	0,01			3,34	10,86	2,34	0,18
258	СОУС СЛИВОЧНЫЙ (30 ГР)	30	0,18	0,63	1,71	1,80	25,08	0,01	0,03	0,07	8,34	18,63	15,96	2,38	0,03
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:		102,89	9,54	14,71	14,21	95,44	568,50	0,31	0,24	109,70	23,34	157,15	213,22	79,85	3,63

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

Непобедимова И.В.

"Утверждаю"

И.В. Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель И.В. Непобедимова Н.Л.

Директор Д.И. Девкина Н.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОВЗ 7-11 лет 2 смена обед

Меню на 11.10.2023 года (День)



Обед (День 8,)

№ 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						
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01						
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (150)	150	1,66	3,81	6,95	16,59	144,11	0,08	0,09	77,48		88,39	68,18	35,36	1,41						
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (90)	90	0,82	1,43	0,13	8,17	39,57	0,02	0,01			3,32	10,79	2,32	0,18						
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:		93,24	7,56	10,73	10,88	75,51	442,80	0,25	0,18	94,14	15,00	114,82	164,06	66,18	2,98						
Полдник (День 8,)																					
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:		32,45	8,82	8,88	10,13	88,23	479,64	0,14	0,09		60,00	23,75	87,13	13,36	1,27						

Зав. производ. И.В. Непобедимова И.В. / Калкулятор

И.В. Непобедимова

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Директор Демкина Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" Любогное питание 7-11 лет 2 см

Меню на 11.10.2023 года (День)

Обед (День 8,)

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
47	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,10	2,91	3,56	20,95	127,44	0,12	0,07	16,66	15,00	16,60	65,55	24,27	1,01
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (150)	150	1,66	3,81	6,95	16,59	144,11	0,08	0,09	77,48		88,39	68,18	35,36	1,41
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 90	90	0,82	1,44	0,13	8,22	39,85	0,02	0,01			3,34	10,86	2,34	0,18
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: 91,76 7,56 10,74 10,88 75,56 443,08 0,25 0,18 94,14 15,00 114,84 164,13 66,20 2,98

Зае. производ.

Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л.

Директор Девяткина Н.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" СВЗ 7-11 лет 1 смена завтрак

Меню на 11.10.2023 года (День)

№ п/п	Наименование блюд	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 8,)

235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (150)	150	1,66	3,81	6,95	16,59	144,11	0,08	0,09	77,48							88,39	68,18	35,36	1,41	
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (90)	90	0,82	1,43	0,13	8,17	39,57	0,02	0,01									3,32	10,79	2,32	0,18
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	
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
257	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50		0,01	14,97	60,00											0,45			0,05

Итого по подменю: 89,69 6,94 10,45 15,82 69,33 461,49 0,17 0,13 77,48 40,00 106,56 120,97 46,08 2,32

Второй завтрак (День 8,)

293	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,02	1,00	0,20	20,20	86,60															
-----	---------------	-----	------	------	------	-------	-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Итого по подменю: 36,00 2,02 1,00 0,20 20,20 86,60

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

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л./ Непобедимова Н.Л./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Директор Девисенко Демидова Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" - льготное питание 7-11 лет 1 см

Меню на 11.10.2023 года (День)

Завтрак (День 8,)

№ 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				
235	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (150)	150	1,66	3,81	6,95	16,59	144,11	0,08	0,09	77,48		88,39	68,18	35,36	1,41				
209	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (90)	90	0,82	1,43	0,13	8,17	39,57	0,02	0,01			3,32	10,79	2,32	0,18				
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				
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				
257	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50		0,01	14,97	60,00					0,45			0,05				

Итого по подменю: 91,76 6,94 10,45 15,82 69,33 461,49 0,17 0,13 77,48 40,00 106,56 120,97 46,08 2,32

Зав. производ.

Непобедимова И.В./ Калыкулятор

Девисенко Демидова Н.И.