

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель ИП Непобедимова Н.Л.

Директор Демичина Н.И.

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

Меню на 17.11.2023 года (День)



Второй завтрак

№ реч.	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				
319	ФРУКТ ЯБЛОКО (150)	0,150	1,47	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00	24,00	16,50	13,50	3,30					
319	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	3,58	5,17	3,89	35,80	198,90	0,08	0,03	4,00	9,35	45,60	7,87	0,62					
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16				0,51	0,04	0,03	0,05					

Итого по подменю: 47,08 6,55 5,77 4,49 65,54 325,66 0,13 0,06 15,00 4,00 33,86 62,14 21,40 3,97

Обед

42	РАССОЛПНИК	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
201	РИС ОТВАРНОЙ(180)	180	4,04	4,90	8,33	40,43	256,27		0,01		32,20	1,93	2,42	0,02	
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	71,84	14,80	1,13
274	КИСЕЛЬ	200	1,31			13,10	52,40					9,90	18,48	0,03	
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: 100,75 10,65 19,18 23,49 106,51 714,16 0,22 0,18 37,27 55,20 86,95 212,94 50,99 2,92

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

Handwritten signatures and initials of the preparer and calculator.

"Утверждаю"

ИП Непобежимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель Непобежимова Н.Л.

Директор Демкина Н.И.

Структурное подразделение льготное питание детей участников СВО

Меню на 17.11.2023 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

Обед

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
201	РИС ОТВАРНОЙ(180)	180	4,04	4,90	8,33	40,43	256,27		0,01		32,20	1,93	2,42		0,02
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	71,84	14,80	1,13
274	КИСЕЛЬ	200	1,31			13,10	52,40					9,90	18,48		0,03
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 10,65 19,18 23,49 106,51 714,16 0,22 0,18 37,27 55,20 86,95 212,94 50,99 2,92

Зав. производ. Непобежимова И.В./ Калькулятор

Handwritten signature and date of the preparator.

"Утверждаю"

ИП Непобединова Н.Л.

Руководитель Непобединова Н.Л.



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Директор Демкина Н.И.



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

Меню на 17.11.2023 года (День)

Обед

№ 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
201	РИС ОТВАРНОЙ(180)	180	4,04	4,90	8,33	40,43	256,27		0,01		32,20	1,93	2,42		0,02
178	ГОЛУБЦЫ 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
274	КИСЕЛЬ	200	1,31			13,10	52,40					9,90	18,48		0,03
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 10,65 19,18 23,49 106,51 714,16 0,22 0,18 37,27 55,20 86,95 212,94 50,99 2,92

Зав. производ. Непобединова И.В./ Калькулятор Непобединова И.В.

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель

Непобедимова Н.Л.

Директор

Демичина Н.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7.11 лет 2 смена обед

Меню на 17.11.2023 года (День)

Обед (День 10,)

№ 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
224	РИС (120)	120	2,70	3,27	5,58	26,96	171,10		0,01		21,60	4,98	2,37	0,22	0,04
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	71,84	14,80	1,13
274	КИСЕЛЬ	200	1,31			13,10	52,40				9,90	18,48		0,03	
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:		87,19	7,84	14,97	20,50	78,28	557,47	0,18	0,17	37,27	44,60	84,00	193,39	47,01	2,61
Полдник (День 10,)															
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
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 подменю:		38,50	8,85	8,97	10,14	88,53	481,29	0,14	0,09	4,00	60,00	27,75	89,33	14,56	1,33

Зав. производ. Непобедимова И.В./ Калькулятор

"Утверждаю"

ИП Непобежимова Н.Л.

Руководитель Непобежимова Н.Л./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Директор Демкина Н.И./



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

Меню на 17.11.2023 года (День)

Обед (День 10,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У	К		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			
224	РИС (120)	120	2,70	3,27	5,58	26,96	171,10		0,01		21,60	4,98	2,37	0,22	0,04			
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	71,84	14,80	1,13			
274	КИСЕЛЬ	200	1,31			13,10	52,40					9,90	18,48		0,03			
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	7,84	14,97	20,50	78,28	557,47	0,18	0,17	37,27	44,60	84,00	193,39	47,01	2,61			

Зав. производ. Непобежимова И.В./ Калькулятор

Handwritten signature and date of the production supervisor.

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Д.

Руководитель

Непобедимова Н.Д./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Директор

Дейкина Н.И./

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 7.11 лет 1 смена завтрак

Меню на 17.11.2023 года (День)

Завтрак (День 10,)

N 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	
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	
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	71,84	14,80	1,13	
139	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	0,03	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,18		100,00	22,00	76,80	4,80	1,00	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50				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:		87,19	6,97	18,28	19,64	69,67	528,59	0,10	0,27	20,11	135,20	66,21	171,72	24,27	2,58	
Второй завтрак (День 10,)																
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	
294	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	1,53	0,09	0,01	15,34	61,81				4,00		4,51	2,24	0,11	
Итого по подменю:		38,50	8,85	8,97	10,14	88,53	481,29	0,14	0,09	4,00	60,00	27,75	89,33	14,56	1,33	

Зав. производ. Дейкина Н.И. /Непобедимова И.В./ Калькулятор Дейкина Н.И.

"Утверждено"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"
МАОУ "СОШ №37" Горнозаводск

Руководитель Непобедимова Н.Л.

Директор Демина Н.И.

Структурное подразделение МАОУ "СОШ №37" льготное питание 7-11 лет 1 см

Меню на 17.11.2023 года (День)



Завтрак (День 10,)

№ 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	
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
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	71,84	14,80	1,13	
139	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	0,03	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,18		100,00	22,00	76,80	4,80	1,00	
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	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	

Итого по подменю: 91,76 7,46 19,14 19,72 74,59 552,43 0,11 0,27 20,11 135,20 68,21 178,22 25,67 2,69

Зав. производ. Непобедимова Н.Л. /Непобедимова И.В./ Калькулятор Демина Н.И.