

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Д.

Руководитель Непобедимова Н.Д./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Директор Девкина Н.И./



Льготное питание детей Участников СВО 2018 лет

Меню на 07.11.2023 года (День)

Обед (День 1,)

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
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
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
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	0,66

Итого по подменю: 102,89 10,92 15,59 14,72 109,25 631,81 0,25 0,12 25,91 47,20 82,75 165,82 48,32 3,20

Зае. производ.

Непобедимова И.В./ Калыкулятор

"Утверждаю"

ИП Непобедимова И.В.

Руководитель

Непобедимова И.В.

МАОУ "СОШ №3" ОБЗ 12-18 лет

Меню на 07.11.2023 года (Денис)

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Директор

Дейкина Н.И.



№ 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

301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50				15,04	60,16							0,51	0,04	0,03	0,05	
313	БУЛКА ДОРОЖНАЯ (120)	120	7,18	8,84	18,23	71,77	486,54	0,15	0,07						83,20	23,61	81,85	13,73	1,12

Итого по подменю: 44,02 8,68 8,84 18,23 86,81 546,70 0,15 0,07 83,20 23,61 81,85 13,73 1,17

Обед

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				
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				
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				
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				
283	КОМПЛОТ 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				

Итого по подменю: 103,81 12,36 16,05 14,74 123,63 691,31 0,26 0,13 22,41 47,20 106,44 182,83 54,59 4,64

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

"Утверждаю"

ИП Непобединова Н.Д.

Руководитель Непобединова Н.Д.



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Директор Хадеева И.И. / Демичина Н.И.



МАОУ "СОШ №3" ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ № 18-11-11-11

Меню на 07.11.2023 года (День)

Обед (День 1,)

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		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
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
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	0,66

Итого по подменю: 102,89 10,92 15,59 14,72 109,25 631,81 0,25 0,12 25,91 47,20 82,75 165,82 48,32 3,20

Заг. производ.

Непобединова Н.Д.

И.В. / Калькулятор

Хадеева И.И.

"Утверждаю"

ИП Непобединцев Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель Непобединцева Н.Л./

Директор Демкина Н.И./

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

Меню на 07.11.2023 года (День 1)

Обед (День 1,)

N рец.	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
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	
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(100)	100	2,40	3,76	4,15	24,01	148,46	0,06	0,02		18,00	14,90	32,43	5,88	0,61	
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	
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	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:		81,67	9,33	11,12	11,27	93,32	519,15	0,18	0,11	22,41	33,00	103,44	145,03	47,59	4,01	
Полдник (День 1,)																
313	БУЛКА ДОРОЖНАЯ (120)	120	7,18	8,84	18,23	71,77	486,54	0,15	0,07		83,20	23,10	81,81	13,70	1,12	
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05	
Итого по подменю:		44,02	8,68	8,84	18,23	86,81	546,70	0,15	0,07		83,20	23,61	81,85	13,73	1,17	

Зае. производ. Непобединцев Н.Л./ Непобединцева И.В./ Калькулятор Непобединцев Н.Л.

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Д.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель Непобедимова Н.Д.

Директор Дейкина Н.И.

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

Меню на 07.11.2023 года (День)

Обед (День 1,)

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		
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		
227	МАКАРОНЫ ОТВ.(100)	100	2,40	3,76	4,15	24,01	148,46	0,06	0,02		18,00	14,90	32,43	5,88	0,61		
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		
283	КОМПЛОТ 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(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: 91,76 10,31 12,84 11,43 103,16 566,83 0,21 0,12 22,41 33,00 107,44 158,03 50,39 4,23

Зав. производ. Непобедимова И.В. Калыкулятор

Непобедимова И.В.

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ СОШ №3 г. Горнозаводск

Руководитель Непобедимова Н.Л./

Директор Демкина Н.И./

Структурное подразделение МАОУ СОШ №3 г. Горнозаводск

Меню на 07.11.2023 года (День 1 смена завтрак)

N рец.	Наименование блюд	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг

Завтрак (День 1,)

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
209	КОГЛЕТТА КУРИНАЯ (70)	70/30	0,64	1,12	0,10	6,40	30,99	0,01				2,60	8,45	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	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: 81,67 11,01 13,80 8,07 110,12 568,28 0,20 0,06 0,50 32,20 56,70 123,93 27,80 3,37

Второй завтрак (День 1,)

313	БУЛКА ДОРОЖНАЯ (120)	120	7,18	8,84	18,23	71,77	486,54	0,15	0,07		83,20	23,10	81,81	13,70	1,12
301	ЧАЙ-ЗАВАРКА	200	1,50			15,04	60,16					0,51	0,04	0,03	0,05

Итого по подменю: 44,02 8,68 8,84 18,23 86,81 546,70 0,15 0,07 83,20 23,61 81,85 13,73 1,17

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

"Утверждаю"

ИП Непобедимова Н.Л.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №3" г. Горнозаводск

Руководитель

Непобедимова Н.Л./

Дейкина Н.И./

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

Меню на 07.11.2023 года (День 1)



Завтрак (День 1,)

N рец.	Наименование блюда	XE	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
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
283	КОМПЛОТ 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(60)	60	2,95	5,16	0,48	29,52	143,04	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
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: 91,76 10,17 12,52 15,13 101,73 593,18 0,18 0,07 0,50 67,20 63,88 117,61 26,32 3,26

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