



Меню
« 17 » **апрель** 2023г.
День 6

Завтрак учащихся 7-11 лет

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Каша вязкая молочная из риса (с маслом и сахаром)	150	4,12	6,95	33,39	215,94	174	
2	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	
3	Какао с молоком	200	3,62	2,94	14,98	106,58	382	
4	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	
5	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
6	Фрукты св, (яблоко, груша, апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
	Дополнительное питание: сок 0,2л, кондитерское изделие в индивид. упаковке							
	Итого за завтрак	525	16,24	16,61	85,35	567,37		

Обед учащихся 7-11 лет

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углево ды			
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,62	4,20	16,80	135,6	103	
2	Поджарка (свинина)	100	12,95	18,22	2,52	248,83	251	
3	Капуста тушеная	150	1,95	3,76	4,77	60,75	323	
4	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,22	0,22	24,64	84,22	348	
5	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
7	Фрукты св, (яблоко, груша, апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
	Дополнительное питание: сок 0,2л, кондитерское изделие в индивид. упаковке							
	Итого	820	27,43	27,33	108,97	734,6		

Повар *В.И.Иванов*

Меню
« 17 » апрель 2023г.


День 6

Завтрак учащихся 7-11 лет с ОВЗ 1 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Каша вязкая молочная из риса (с маслом и сахаром)	150	4,12	6,95	33,39	215,94	174	
2	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	
3	Какао с молоком	200	3,62	2,94	14,98	106,58	382	
4	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	
5	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
6	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
	Итого за завтрак	525	15,94	16,15	76,27	526,83		

Обед учащихся 7-11 лет с ОВЗ 1 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,62	4,20	16,80	135,6	103	
2	Поджарка (свинина)	100	12,95	18,22	2,52	248,83	251	
3	Капуста тушеная	150	1,95	3,76	4,77	60,75	323	
4	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,22	0,22	24,64	84,22	348	
5	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
6	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Дополнительное питание: сок 0,2л, кондитерское изделие в индивид. упаков							
	Итого	720	27,03	26,93	108,98	734,6		

Повар 

Школа №

**Меню**

« 17 » апрель 2023г.

День 6

Обед учащихся 7-11 лет с ОВЗ 2 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,62	4,20	16,80	135,6	103	
2	Поджарка (свинина)	100	12,95	18,22	2,52	248,83	251	
3	Капуста тушеная	150	1,95	3,76	4,77	60,75	323	
4	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,22	0,22	24,64	84,22	359	
5	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,16	9,84	47	Н	
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
7	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
	Итого	800	25,99	27,17	107,13	734,6		

Полдник учащихся 7-11 лет с ОВЗ 2 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	120	3,06	5,20	19,45	140,32	182	
2	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,00	79,5	386-1	
3	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Дополнительное питание: сок 0,2л, кондитерское изделие в индивид. упаков							
	Итого	300	9,78	9,25	39,94	283,9		

Повар

Алла Михайловна Тв

Утверждаю директор
СОШ № 10



Меню
« 17 » апрель 2023г.
от 11 лет и старше 1 смена
6 день

№ п/п	Наименование блюд Завтрак:	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Каша вязкая молочная из риса (с маслом и сахаром)	200	5,50	9,26	44,52	287,92	174	
2	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	
3	Какао с молоком	200	3,62	2,94	14,98	106,58	382	
4	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
6	Фрукты св, (яблоко, груша, апельсин, нектарин)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
	Итого за завтрак	590	18,45	19,03	94,92	672,5		

Повар *Булмагитчинова Т.В.*

Утверждаю директор
Школа № _____



Меню
« 17 » апрель 2023г.
День 6

Завтрак учащихся 12-18 лет с ОБЗ 1 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углево ды			
1	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	220	5,61	9,53	35,66	257,25	182	
2	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	
3	Какао с молоком	200	3,62	2,94	14,98	106,58	382	
4	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
5	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
6	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
	Итого за завтрак	620	19,03	19,37	100,04	663,23		

Обед учащихся 12-18 лет с ОБЗ 1 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9,52	5,25	21,00	169,5	103	
2	Поджарка (свинина)	100	12,95	18,22	2,52	268,83	251	
3	Капуста тушеная	180	2,34	4,52	5,72	72,9	323	
4	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
6	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
	Итого	810	29,79	28,81	108,30	855,05		

Повар *Толмачева Д.В.*



Меню
 « 17 » апрель 2023г.
 День 6

Обед учащихся 12-18 лет с ОВЗ 2 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углево ды			
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9,52	5,25	21,00	169,5	103	
2	Поджарка (свинина)	100	12,95	18,22	2,52	248,83	251	
3	Капуста тушеная	180	2,34	4,52	5,72	72,9	323	
4	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	84,22	359	
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
6	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
7	Фрукты (яблоко/груша/апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	
	Итого	910	30,19	29,21	94,10	902,05		

Полдник учащихся 12-18 лет с ОВЗ 2 СМЕНА

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	160	4,08	6,93	25,94	187,09	182	
2	Какао с молоком	200	3,62	2,94	14,98	106,58	382	
3	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	
	Итого	400	10,58	10,19	60,60	327,67		

Повар Александров