

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 22 апреля 2024 г.

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
Завтрак								
1	Каша молочная пшеничная жидкая 150 гр	267/150	150	5,85	7,09	26,85	212,7	13,35
2	Чай с молоком, 200	495/2013	200	1,5	1,3	15,9	81	6,65
3	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
4	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
5	Батон 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	3,83
6	Сыр порциями 25гр 366/2009	366/2009		8,7	11,07		136,5	23,77
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,25
Итого за Завтрак				20,77	21,26	101,31	705	97,44
2-й Завтрак								
1	Каша молочная пшеничная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	17,79
2	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
4	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,55
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,25
Итого за 2-й Завтрак				10,28	18,09	80,81	556	60,00
Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 60г 18-2009	24/2015	60	0,58	3,64	2,02	42,42	19,81
2	Суп с макаронными изделиями с птицей 250/25 147,487/2004		250/25					21,47
3	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	45,84
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
5	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	4,63
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
Итого за Обед *				18,78	18,22	46,14	533	97,44
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 75 г 18-2009	18/2009	75	0,72	4,55	2,73	53,02	24,78
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,28
3	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	45,84
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
5	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	4,63
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	1,91
Итого за 2-й Обед				21,68	24,36	62,41	673,7	85,00
Полдник								
1	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
2	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,78
Итого за Полдник				7,84	3,7	56,16	289,3	10,41
Буфет								
1	Салат из свеклы с солеными огурцами 100г 26-2009		100					11,69
2	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	9,63
3	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	35,61
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,28
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	17,70
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,79
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					66,06
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,15
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	13,16
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	29,38
13	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,67
14	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,65
15	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					27,53
16	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша жидкая овсяная Геркулес 200 гр б/с	266/2013	205	7,16	9,4	28,8	228,4	15,95
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					9,45
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,47
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 26 апреля 2024 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	15,19
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
3	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	26,66
4	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,47
5	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
6	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	18,99
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
Итого за Завтрак				18,85	29,54	97,01	729,62	97,44
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	20,25
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
3	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	9,81
4	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
5	Батон 29							3,70
Итого за 2-й Завтрак				14,1	24,7	64,23	534	60,00
Обед								
1	Салат из свежих помидоров 60г	22/2013	60	0,6	6,12	2,1	66	21,36
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,79
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	39,83
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	14,58
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,78
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	4,04
Итого за Обед				21,14	20,01	69,08	542,62	97,44
2-й Обед								
1	Помидоры свежие 40г -2009-246		40					13,23
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	6,72
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	39,83
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,36
Итого за 2-й Обед				22,17	15,47	65,55	492,2	85,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
2	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
Итого за Полдник				8,34	3,7	49,36	264,1	17,84
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	9,42
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,52
3	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	9,79
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	5,57
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,20
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					66,06
7	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,29
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
9	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,79
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,19
12	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	3,85
13	Пирожок с яблоками 75г		75					13,06
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					62,44
2	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					10,92
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 27 апреля 2024 г.

День: суббота

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша "Дружба" 150	260/2013	150	3,94	8,74	18,79	169,65	16,73
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
3	Сыр порциями 25гр 366/2009	366/2009		8,7	11,07		136,5	23,77
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
5	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	12,41
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,68
7	Батон 48							6,12
Итого за Завтрак				18,28	33,62	61,76	603,75	97,44
2-й Завтрак								
1	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	22,29
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	12,41
3	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	18,99
4	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	6,38
Итого за 2-й Завтрак				16,86	21,73	66,66	508,2	60,00
Обед								
1	Салат из свежих огурцов 60г	17/2013	60	0,42	6,06	1,2	61,2	22,48
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,79
3	Макароньы отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	9,61
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 32г	109/2013	32	2,11	0,38	10,68	55,68	2,69
Итого за Обед				25,73	27,17	78,34	662,18	97,44
2-й Обед								
1	Огурцы свежие 35г -2009-246		35					12,01
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	6,72
3	Макароньы отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,53
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 33г	109/2013	33	2,18	0,39	11,02	57,42	2,78
Итого за 2-й Обед				26,5	21,25	83,29	631,72	85,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
2	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	11,13
Итого за Полдник				6,8	4,86	56,32	296,42	25,34
Буфет								
1	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	5,62
2	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	26,31
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	5,68
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	4,45
5	Суп картофельный с клецками 250/30 46/2009		250/30					10,42
6	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	45,84
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	39,83
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
9	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,42
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	18,88
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					7,21
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,36
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,47
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством