

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

подпись

расшифровка подписи

должность

подпись

расшифровка подписи

"10" 10

2022

**МЕНЮ НА 10.10.2022****ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный Город №2"****пос. Придорожный****для обучающихся 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>Витаминизация</u>							
Сок 0,2 в ассортименте	200		92,00	1,00	0,20	20,20	878
Итого за Витаминизация	200	19,09	92	1,00	0,20	20,20	
<u>завтрак</u>							
Сыр порционно	15		54,60	3,48	4,43		15
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5		182,36	4,58	6,57	26,08	175
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Какао с молоком	200		119,63	3,39	2,80	19,97	382
Батон	30		78,60	2,25	0,87	15,42	
Итого за завтрак	530	62,2	496,29	14,22	15,19	74,21	
<u>обед</u>							
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60		57,93	0,71	3,10	6,60	46
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью 200/15/1	200/15/1		150,76	7,00	4,20	16,52	103
Котлета из мяса в томатно-сметанном соусе	100		213,40	6,80	16,86	8,64	268
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150/5		237,80	6,51	4,91	41,98	171
Чай с сахаром	180		55,86			13,97	376
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Хлеб ржаной	30		56,64	1,80	0,30	13,19	
Итого за обед	781	87,1	872,29	25,75	30,57	120,90	
<u>полдник</u>							
Плюшка "Московская"	100		430,19	8,87	16,40	61,74	421
Компот из сухофруктов	180		93,84	0,01		17,70	349,02
Итого за полдник	280	35	524,03	8,88	16,40	79,44	
Итого за день:			1 984,61	49,85	62,36	294,75	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность

расшифровка подписи

подпись _____
расшифровка подписи

"10" "10"

**МЕНЮ НА 10.10.2022****ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный Город №2"****пос. Придорожный****для обучающихся 11-18 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>завтрак</u>							
Сыр порционно	15		54,60	3,48	4,43		15
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5		226,94	6,09	7,39	33,82	175
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Какао с молоком	200		119,63	3,39	2,80	19,97	382
Батон	50		131,00	3,75	1,45	25,70	
Итого за завтрак	600	75	593,27	17,23	16,59	92,23	
<u>обед</u>							
Салат из белокочанной капусты с яблоками	100		96,55	1,18	5,17	11,00	46
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	250/15/1		175,91	7,63	4,31	20,76	103
Котлета из мяса в томатно-сметанном соусе	100		213,40	6,80	16,86	8,64	268
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180/5		277,88	7,80	5,06	50,37	171
Чай с сахаром	180		55,86			13,97	376
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Хлеб ржаной	50		94,41	3,00	0,50	21,98	906
Итого за обед	941	90	1 063,86	30,81	33,70	156,72	
Итого за день:			1 657,13	48,04	50,29	248,95	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"Трухтанова О.Ю.
расшифровка подписи**МЕНЮ НА 10.10.2022****ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный Город №2"**
пос. Придорожный

для обучающихся с ОВЗ 7-11 лет



Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>Витаминизация</u>							
Йогурт " Данон"	150		148,50	5,70	4,35	21,75	13,01
Итого за Витаминизация	150	38,18	148,5	5,70	4,35	21,75	
<u>завтрак</u>							
Сыр порционно	15		54,60	3,48	4,43		15
Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5		182,36	4,58	6,57	26,08	175
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Какао с молоком	200		119,63	3,39	2,80	19,97	382
Батон	30		78,60	2,25	0,87	15,42	
Итого за завтрак	530	64	496,29	14,22	15,19	74,21	
<u>обед</u>							
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60		57,93	0,71	3,10	6,60	46
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	250/15/1		175,91	7,63	4,31	20,76	103
Котлета из мяса в томатно-сметанном соусе	100		213,40	6,80	16,86	8,64	268
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150/5		237,80	6,51	4,91	41,98	171
Чай с сахаром	180		55,86			13,97	376
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Хлеб ржаной	30		56,64	1,80	0,30	13,19	
Итого за обед	831	85,3	897,44	26,38	30,68	125,14	
Итого за день:			1 542,23	46,3	50,22	221,1	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

подпись _____
расшифровка подписи

" 10 " 10

расшифровка подписи

" 10 " 10

подпись _____

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 10.10.2022****ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный Город №2"****пос. Придорожный****для обучающихся с ОВЗ 11-18 лет**

Наименование блюда	Выход (г)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	№ рецепт.
<u>Витаминизация</u>							
Йогурт " Данон"	150		148,50	5,70	4,35	21,75	13,01
Итого за Витаминизация	150	38,18	148,5	5,70	4,35	21,75	
<u>завтрак</u>							
Сыр порционно	15		54,60	3,48	4,43		15
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5		226,94	6,09	7,39	33,82	175
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Какао с молоком	200		119,63	3,39	2,80	19,97	382
Батон	50		131,00	3,75	1,45	25,70	
Итого за завтрак	600	64	593,27	17,23	16,59	92,23	
<u>обед</u>							
Салат из белокочанной капусты с яблоками	100		96,55	1,18	5,17	11,00	46
Суп картофельный с вермишелью, курицей и зеленью	250/15/1		175,91	7,63	4,31	20,76	103
Котлета из мяса в томатно-сметанном соусе	100		213,40	6,80	16,86	8,64	268
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180/5		277,88	7,80	5,06	50,37	171
Чай с сахаром	180		55,86			13,97	376
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Хлеб ржаной	50		94,41	3,00	0,50	21,98	906
Итого за обед	941	85,3	1 063,86	30,81	33,70	156,72	
Итого за день:			1 805,63	53,74	54,64	270,7	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир