

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

  
 подпись \_\_\_\_\_  
 "12" 01 2023 г.  
 расшифровка подписи \_\_\_\_\_

Ген. директор \_\_\_\_\_  
 должность \_\_\_\_\_  
 подпись \_\_\_\_\_  
 Труханова О.Ю.  
 расшифровка подписи \_\_\_\_\_

## МЕНЮ НА 12.01.2023

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.
<b>завтрак</b>							
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Запеканка из творога с морковью и молочным соусом	150/20		301,80	20,13	13,00	25,32	224,02
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
Итого за завтрак	540	67,8	477,73	22,85	14,42	63,04	
<b>обед</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	200/5/1		91,85	1,66	5,16	7,61	88
Фрикадельки из кур в томатном соусе	100		153,57	9,07	9,32	8,33	297,04
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	175		266,88	9,57	6,55	42,55	171,02
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	393,02
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	731	94,94	734,89	25,23	22,65	107,37	
<b>полдник</b>							
Булочка с изюмом	95		271,64	7,02	6,17	46,88	429
Напиток из шиповника	180		71,49	0,29	0,13	17,01	388
Итого за полдник	275	40	343,13	7,31	6,30	63,89	
Итого за день:			1 555,75	55,39	43,37	234,3	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи  
"12" 01 2023 г.

Ген. директор

должность

Труханова О.Ю.

подпись

расшифровка подписи

**МЕНЮ НА 12.01.2023****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.
<b><u>завтрак</u></b>							
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Запеканка из творога с морковью и молочным соусом	180/20		355,91	23,97	15,10	30,14	224,08
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>590</b>	<b>82</b>	<b>581,79</b>	<b>28,16</b>	<b>17,12</b>	<b>77,86</b>	
<b><u>обед</u></b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		111,63	2,02	6,20	9,36	88
Фрикадельки из кур в томатном соусе	100		153,57	9,07	9,32	8,33	297,04
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	205		313,08	11,46	7,05	51,12	171,04
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	393,02
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Хлеб ржаной	50		94,41	3,00	0,50	21,98	906
<b>Итого за обед</b>	<b>851</b>	<b>98</b>	<b>888,59</b>	<b>30,15</b>	<b>24,99</b>	<b>136,48</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 470,38</b>	<b>58,31</b>	<b>42,11</b>	<b>214,34</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Труханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

подпись  
"12" 01расшифровка подписи  
2023 г.**МЕНЮ НА 12.01.2023****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.
<b>завтрак</b>							
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Запеканка из творога с морковью и молочным соусом	150/20		301,80	20,13	13,00	25,32	224,02
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	30		74,93	2,20	0,90	15,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>540</b>	<b>71</b>	<b>477,73</b>	<b>22,85</b>	<b>14,42</b>	<b>63,04</b>	
<b>обед</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		111,63	2,02	6,20	9,36	88
Фрикадельки из кур в томатном соусе	100		153,57	9,07	9,32	8,33	297,04
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	175		266,88	9,57	6,55	42,55	171,02
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	393,02
Хлеб пшеничный	40		99,90	2,93	1,20	20,00	
Хлеб ржаной	30		56,64	1,80	0,30	13,19	
<b>Итого за обед</b>	<b>781</b>	<b>91,74</b>	<b>754,67</b>	<b>25,59</b>	<b>23,69</b>	<b>109,12</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 232,4</b>	<b>48,44</b>	<b>38,11</b>	<b>172,16</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "ТЕХНОЛОГИЯ"

Ген. директор

Груханова О.Ю.

должность

подпись

расшифровка подписи

подпись  
расшифровка подписи  
"12" "01" 2023 г.**МЕНЮ НА 12.01.2023****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.
<b>завтрак</b>							
Яблоко	130		61,10	0,52	0,52	12,74	338
Запеканка из творога с морковью и молочным соусом	180/20		355,91	23,97	15,10	30,14	224,08
Чай с сахаром	200/10		39,90			9,98	376
Хлеб пшеничный	50		124,88	3,67	1,50	25,00	
<b>Итого за завтрак</b>	<b>590</b>	<b>71</b>	<b>581,79</b>	<b>28,16</b>	<b>17,12</b>	<b>77,86</b>	
<b>обед</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью	250/5/1		111,63	2,02	6,20	9,36	88
Фрикадельки из кур в томатном соусе	100		153,57	9,07	9,32	8,33	297,04
Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной	205		313,08	11,46	7,05	51,12	171,04
Компот ягодный	180		66,05	0,20	0,12	15,69	393,02
Хлеб пшеничный	60		149,85	4,40	1,80	30,00	
Хлеб ржаной	50		94,41	3,00	0,50	21,98	906
<b>Итого за обед</b>	<b>851</b>	<b>91,74</b>	<b>888,59</b>	<b>30,15</b>	<b>24,99</b>	<b>136,48</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>1 470,38</b>	<b>58,31</b>	<b>42,11</b>	<b>214,34</b>	

Калькулятор

Ефремова С.А.

Повар-бригадир