

Меню на 21.04.2023

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 класс (комплекс 108,64)завтрак								
3	Бутерброд с сыром (батон)	Завтрак	109,85	4,81	3,73	13,8	10/25	15,71
474	Котлеты особые с отрубями	Завтрак	226,04	13,16	16,18	6,7	90	73,43
464/3	Каша гречневая вязкая	Завтрак	158,93	4,61	5,28	24,77	150	13,59
685	Чай с сахаром	Завтрак	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	48	1,6	0,2	9,6	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			644,93	25,83	25,59	79,1	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы (диет/питание пищ/аллер 108,64)Завтрак								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	49,44	0,32	4,99	0,81	45/5	22,20
461	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями	Завтрак	131,43	15,17	3,25	8,07	90	53,31
466/3	Рис припущенный с куркумой	Завтрак	209,93	3,72	4,71	38,74	150	19,46
-	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	78	-	-	19,4	200	10,07
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			586,8	23,21	13,45	90,72	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы (диет/питание 162,95)Обед								
-	Суп картофельный с рыбой(минтай)	Обед	131,09	6,31	3,18	18,26	250/20	36,54
461	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями,масл	Обед	183,3	16,87	7,74	8,98	100/5	69,65
466/3	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль	Обед	166,99	3,62	4,86	27,54	100/50	28,17
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			702,89	31,12	16,36	105,36	-	162,95

1-4 классы (дотация 108,64) завтрак								
3	Бутерброд с сыром (батон)	Завтрак	109,85	4,81	3,73	13,8	10/25	15,25
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Завтрак	167,11	14,63	8,94	4,73	50/50	60,26
466/3	Рис припущенный с куркумой	Завтрак	209,93	3,72	4,71	38,74	150	19,46
-	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	78	-	-	19,4	200	10,07
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			682,89	27,16	17,88	100,37	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы (дотация 162,95) обед								
-	Суп картофельный с рыбой(минтай)	Обед	131,09	6,31	3,18	18,26	250/20	36,54
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Обед	182,59	17,37	9,22	4,73	60/50	69,91
466/3	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль	Обед	166,99	3,62	4,86	27,54	100/50	28,17
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			702,18	31,62	17,84	101,11	-	162,95

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи	ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ				
МАОУ-СОШ №31	Рожкова Оксана Владимировна	16.04.2024 09:57:04	8BF33108869DE071D4963E606EADADA6353A13CD9	638/3	Компот из изюма	Нет	200	0,51
				698	Сок	Нет	200	0
				17,88				10,5
				11,99				23,5
				0				0
				24,00				0

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы (льготное питание 271,59)								
3	Бутерброд с сыром (батон)	Завтрак	109,85	4,81	3,73	13,8	10/25	15,25
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Завтрак	167,11	14,63	8,94	4,73	50/50	60,26
466/3	Рис припущенный с куркумой	Завтрак	209,93	3,72	4,71	38,74	150	19,46
-	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	78	-	-	19,4	200	10,07
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого (завтрак)			682,89	27,16	17,88	100,37	-	108,64
-	Суп картофельный с рыбой(минтай)	Обед	131,09	6,31	3,18	18,26	250/20	36,21
474	Котлеты особые с отрубями	Обед	251,16	14,63	17,98	7,44	100	82,34
-	Каша гречневая вязкая с овощами	Обед	175,6	4,5	7,32	24,19	150	15,35
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	96	3,2	0,4	19,2	40	2,88
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого (обед)			803,36	30,56	29,16	105,27	-	162,95
Итого			1 486,25	57,72	47,04	205,64	-	271,59

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы (Обед ДопОбр 162,95)								
-	Суп картофельный с рыбой(минтай)	Обед	131,09	6,31	3,18	18,26	250/20	36,21
474	Котлеты особые с отрубями	Обед	251,16	14,63	17,98	7,44	100	82,34
-	Каша гречневая вязкая с овощами	Обед	175,6	4,5	7,32	24,19	150	15,35
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	96	3,2	0,4	19,2	40	2,88
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			803,36	30,56	29,16	105,27	-	162,95
5-11 класс (комплекс 128,56)завтрак								
3	Бутерброд с сыром (батон)	Завтрак	127,9	6,15	5,1	13,8	15/25	21,81
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Завтрак	182,59	17,37	9,22	4,73	60/50	69,89
466/3	Рис припущенный с куркумой	Завтрак	251,32	4,46	5,6	46,49	180	23,19
-	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	78	-	-	19,4	200	10,07
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			757,81	31,98	20,42	108,12	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 класс (льготное питание 321,40)								
-	Бутерброд с маслом,сыром	Завтрак	192,95	5,95	13	12,73	10/15/25	36,75
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Завтрак	182,59	17,37	9,22	4,73	60/50	69,89
466/3	Рис припущенный с куркумой	Завтрак	251,32	4,46	5,6	46,49	180	23,19
-	Напиток с витаминами	Завтрак	78	-	-	19,4	200	10,07
-	Витошка	Завтрак	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого (завтрак)			822,86	31,78	28,32	107,05	-	143,50
-	Суп картофельный с рыбой(минтай)	Обед	131,09	6,31	3,18	18,26	250/20	36,21
474	Котлеты особые с отрубями	Обед	251,16	14,63	17,98	7,44	100	82,34
-	Каша гречневая вязкая с овощами	Обед	210,72	5,4	8,79	29,02	180	18,42
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Фрукты свежие (яблоко)	Обед	46	0,4	-	11,3	100	12,60
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого (обед)			860,48	31,06	30,53	116,6	-	177,90
Итого			1 683,34	62,84	58,85	223,65	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы (диет/пит пищ/аллер/б/рыбы 192,84)Обед								
132/3	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	Обед	106,87	4,81	4,48	10,88	250/10	28,93
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Обед	213,61	22,86	9,76	4,73	80/50	89,17
466/3	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль)	Обед	200,37	4,34	5,84	33,05	120/60	33,81
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
-	Фрукты свежие (яблоко)	Обед	46	0,4	-	11,3	100	12,60
Итого			788,36	36,73	20,66	110,54	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы (диет/питание пищ/аллер 128,56)Завтрак								
5	Огурчик пикантный(поджаривание)	Завтрак	49,44	0,32	1,00	1,84	100/5	55,50
461	Биточек рубленый из курицы паровой с отрубями,масл	Завтрак	183,3	16,87	7,74	8,98	100/5	70,22
466/3	Рис припущенный с куркумой	Завтрак	251,32	4,46	5,6	46,49	180	23,19
-	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	78	-	-	19,4	200	10,07
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	48	1,6	0,2	9,6	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			656,06	24,85	18,73	94,58	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы (дотация 192,84)обед								
-	Суп картофельный с рыбой(минтай)	Обед	131,09	6,31	3,18	18,26	250/20	36,80
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Обед	205,87	21,49	9,63	4,73	75/50	81,30
466/3	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль	Обед	200,37	4,34	5,84	33,05	120/60	33,81
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
-	Фрукты свежие (яблоко)	Обед	46	0,4	-	11,3	100	12,60
Итого			804,84	36,86	19,23	117,92	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы (комплекс 192,84)Обед родит/плата								
-	Суп картофельный с рыбой(минтай)	Обед	131,09	6,31	2,10	10,22	100/100	30,00
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Обед	205,87	21,49	9,63	4,73	75/50	81,30
466/3	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль)	Обед	200,37	4,34	5,84	33,05	120/60	33,81
647	Напиток из брусники	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	24,73
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
-	Фрукты свежие (яблоко)	Обед	46	0,4	-	11,3	100	12,60
Итого			804,84	36,86	19,23	117,92	-	192,84

5-11 классы завтрак (дотация 128,56)								
3	Бутерброд с сыром (батон)	Завтрак	127,9	6,15	5,1	13,8	15/25	21,81
493	Филе цыплят тушеное в сметанном соусе	Завтрак	182,59	17,37	9,22	4,73	60/50	69,89
466/3	Рис припущенный с куркумой	Завтрак	251,32	4,46	5,6	46,49	180	23,19
-	Напиток с витаминами	Завтрак	78	-	-	19,4	200	10,07
-	Витошка	Завтрак	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	72	2,4	0,3	14,4	30	2,16
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			757,81	31,98	20,42	108,12	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Полдник 50,00 руб.								
851	Хачапури слоеные	Полдник	344	10,52	23,33	21,98	75	44,50
686	Чай с сахаром, лимоном	Полдник	58,28	0,11	-	15,18	200/15/7	5,50
Итого			402,28	10,63	23,33	37,16	-	50,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Каскад"	Елькина Наталья Аркадьевна	17.04.2025 10:07:38	F3FCFA1A0BACC9061615E8B3BECA87753BC4C93E
МАОУ-СОШ №31	Рожкова Оксана Владимировна	17.04.2025 10:50:54	DC3D9EFA411FFCF73C0A9176803A01B50CCA95A9