

Меню на 23.04.2025

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								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	19,98	0,14	2	0,36	20/2	9,76
470	Фрикадельки в соусе из говядины	Завтрак	189,8	10,77	9,88	14,25	75/50	73,11
-	Булгур с овощами	Завтрак	169,93	5,47	2,6	33,33	150	19,86
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			529,82	19,63	14,88	81,77	-	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	19,98	0,14	2	0,36	20/2	9,76
1	Рыба припущенная (филе минтая)	Завтрак	80,81	17,53	0,99	0,38	90	74,14
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом	Завтрак	135,36	2,44	5,01	19,02	150	18,83
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			386,26	23,36	8,4	53,59	-	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 162,95) Обед								
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
371	Рыба припущенная (филе минтая)	Обед	89,56	19,47	1,1	0,38	100	92,50
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом растительным	Обед	135,36	2,44	5,01	19,02	150	18,83
329	Зеленый горошек консервированный	Обед	15,91	0,57	1,03	1,14	20	12,05
588	отварной (подгарн							
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	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			616,27	34,21	10,51	94,95	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы (дотация 108,64) завтрак								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	19,98	0,14	2	0,36	20/2	9,76
33	Рыба запеченная в омлете(филе минтая)	Завтрак	137,06	14,18	7,62	3,01	50/40	58,50
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	148,4	3,15	5,6	20,18	150	31,28
686	Чай с сахаром, лимоном	Завтрак	58,28	0,11	-	15,18	200/15/7	5,50
-	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			481,72	21,58	15,72	62,43	-	108,64
1-4 классы (дотация 162,95) обед								
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
320	Рыба(филе минтая) запеченная под молочным соусом,сы	Обед	154,35	13,95	9,95	2,14	60/30	79,33
472/3	Пюре картофельное	Обед	148,4	3,15	5,6	20,18	150	31,28
329	Зеленый горошек консервированный	Обед	15,9	0,57	1,03	1,14	20	12,05
588	отварной (подгарн							
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	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			718,09	30,2	20,05	102,67	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4 классы (льготное питание 271,59)								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	19,98	0,14	2	0,36	20/2	9,76
33	Рыба запеченная в омлете(филе минтая)	Завтрак	137,06	14,18	7,62	3,01	50/40	58,50
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	148,4	3,15	5,6	20,18	150	31,28
686	Чай с сахаром, лимоном	Завтрак	58,28	0,11	-	15,18	200/15/7	5,50
-	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 (завтрак)			457,72	20,78	15,62	57,63	-	107,92
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	105,95
-	Булгур с овощами	Обед	169,93	5,47	2,6	33,33	150	17,43
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	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)			776,65	32,29	19,05	120,73	-	163,67
Итого			1 234,37	53,07	34,67	178,36	-	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)								
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	106,67
-	Булгур с овощами	Обед	169,93	5,47	2,6	33,33	150	17,43
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	48	1,6	0,2	9,6	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			728,65	30,69	18,85	111,13	-	162,95
5-11 класс (комплекс 128,56)завтрак								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	14,71
42	Котлета рыбная Лада с отрубями (филе минтая)	Завтрак	215,7	12,33	13,66	11,1	90	69,68
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,07	3,78	6,72	24,21	180	37,54
685	Чай с сахаром	Завтрак	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
-	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			598,74	20,37	23,98	74,48	-	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)								
5	Огурчик пикантный(поджаривка)	Завтрак	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	14,71
42	Котлета рыбная Лада с отрубями (филе минтая)	Завтрак	215,7	12,33	13,66	11,1	90	69,68
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,07	3,78	6,72	24,21	180	37,54
685	Чай с сахаром	Завтрак	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
-	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)			598,74	20,37	23,98	74,48	-	128,56
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	107,10
-	Булгур с овощами	Обед	203,92	6,57	3,12	40	180	20,91
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	Булочка бутербродная	Обед	218,85	8,43	9,65	25,88	60	25,26
-	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)			1 005,49	41,02	29,12	148,48	-	192,84
Итого			1 604,23	61,39	53,1	222,96	-	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								
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	98,36
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,07	3,78	6,72	24,21	180	37,54
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
329	Зеленый горошек консервированный отварной(поджарни	Обед	23,89	0,86	1,55	1,71	30	18,09
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	48	1,6	0,2	9,6	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			760,68	29,86	24,52	103,72	-	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(подгарнировка)	Завтрак	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	14,71
371	Рыба припущенная (филе минтая)	Завтрак	80,6	17,52	0,99	0,34	90	82,87
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом	Завтрак	162,43	2,93	6,01	22,82	180	22,60
686	Чай с сахаром, лимоном	Завтрак	58,28	0,11	-	15,18	200/15/7	5,50
-	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			426,17	23,97	10,5	57,78	-	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								
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
-	Рыба (филе минтая) запеченная с помидором, сыром	Обед	150,04	17,17	8,81	0,29	100	99,37
472/3	Пюре картофельное Зеленый горошек	Обед	178,07	3,78	6,72	24,21	180	37,54
329	консервированный отварной(подгарни	Обед	23,89	0,86	1,55	1,71	30	17,08
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	48	1,6	0,2	9,6	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			703,44	32,74	20,35	95,82	-	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								
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	26,70
-	Рыба (филе минтая) запеченная с помидором, сыром	Обед	150,04	17,17	8,81	0,29	100	99,37
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,07	3,78	6,72	24,21	180	37,54
329	Зеленый горошек консервированный отварной	Обед	23,91	0,85	1,55	1,7	30	17,08
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	48	1,6	0,2	9,6	20	1,44
-	Хлеб ржаной	Обед	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			703,46	32,73	20,35	95,81	-	192,84

5-11 классы завтрак (дотация 128,56)

5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	14,71
42	Котлета рыбная Лада с отрубями (филе минтая)	Завтрак	215,7	12,33	13,66	11,1	90	69,68
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,07	3,78	6,72	24,21	180	37,54
685	Чай с сахаром	Завтрак	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
-	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			598,74	20,37	23,98	74,48	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Полдник 50,00 руб.								
-	Булочка с маком	Полдник	401,1	8,23	16,1	59,49	100	44,14
-	Напиток из плодов шиповника	Полдник	75,35	0,63	-	18,95	200	5,86
Итого			476,45	8,86	16,1	78,44	-	50,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Каскад"	Елькина Наталья Аркадьевна	22.04.2025 09:48:16	F3FCFA1A0BACC9061615E8B3BECA87753BC4C93E
МАОУ-СОШ №31	Рожкова Оксана Владимировна	22.04.2025 12:30:15	DC3D9EFA411FFCF73C0A9176803A01B50CCA95A9