

Меню на 07.05.2025

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	29,86	0,14	3,1	0,36	20/3	10,30
470	Фрикадельки в соусе из говядины	Завтрак	189,8	10,77	9,88	14,25	75/50	75,00
-	Булгур с овощами	Завтрак	169,93	5,47	2,6	33,33	150	17,43
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			539,7	19,63	15,98	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	29,86	0,14	3,1	0,36	20/3	10,30
1	Рыба припущенная (филе минтая)	Завтрак	80,81	17,53	0,99	0,38	90	72,78
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом	Завтрак	135,36	2,44	5,01	19,02	150	19,65
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			396,14	23,36	9,5	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	27,09
371	Рыба припущенная (филе минтая)	Обед	89,56	19,47	1,1	0,38	100	91,29
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом растительным	Обед	135,36	2,44	5,01	19,02	150	19,65
329	Зеленый горошек консервированный	Обед	15,91	0,57	1,03	1,14	20	12,05
588	отварной (подгарн 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 (льготное питание 271,59)								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	29,86	0,14	3,1	0,36	20/3	10,30
33	Рыба запеченая в омлете(филе минтая)	Завтрак	137,06	14,18	7,62	3,01	50/40	60,88
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	148,5	3,14	5,63	20,15	150	27,64
686	Чай с сахаром, лимоном	Завтрак	58,28	0,11	-	15,18	200/15/7	5,50
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	96	3,2	0,4	19,2	40	2,88
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого (завтрак)			515,7	22,37	16,95	67,2	-	108,64
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	27,09
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	105,56
-	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	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)			752,65	31,49	18,95	115,93	-	162,95
Итого			1 268,35	53,86	35,9	183,13	-	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	27,09
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	106,28
-	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	71,58
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,2	3,77	6,76	24,18	180	33,17
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			601,04	20,42	24,02	74,7	-	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(поджаренный)	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	71,58
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,2	3,77	6,76	24,18	180	33,17
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 (завтрак)			601,04	20,42	24,02	74,7	-	128,56
139/3	Суп картофельный с мак. изд. на курином бульоне	Обед	128,24	6,63	2,87	17,63	250	27,09
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	106,22
-	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	25,75
-	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			1 606,53	61,44	53,14	223,18	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы (диет/пит. пище/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	27,09
470	Фрикадельки из говядины (паровые) с отрубями	Обед	207,28	14,29	12,98	8,19	100	99,33
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,2	3,77	6,76	24,18	180	33,17
588	Компот из кураги	Обед	129,2	1,1	-	33,08	200	9,27
-	Зеленый горошек							
329	консервированный отварной(поджаренный)	Обед	27,87	1	1,81	1,99	35	21,10
-	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			764,79	29,99	24,82	103,97	-	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	81,89
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом	Завтрак	162,43	2,93	6,01	22,82	180	23,58
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	27,09
-	Рыба (филе минтая) запеченная с помидором, сыром	Обед	150,04	17,17	8,81	0,29	100	99,33
472/3	Пюре картофельное Зеленый горошек	Обед	178,2	3,77	6,76	24,18	180	33,17
329	консервированный отварной(подгарни	Обед	27,87	1	1,81	1,99	35	21,10
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			707,55	32,87	20,65	96,07	-	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	27,09
-	Рыба (филе минтая) запеченная с помидором, сыром	Обед	150,04	17,17	8,81	0,29	100	99,33
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,2	3,77	6,76	24,18	180	33,17
329	Зеленый горошек консервированный	Обед	27,87	1	1,81	1,99	35	21,10
588	отварной(подгарни							
-	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			707,55	32,87	20,65	96,07	-	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	71,58
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,2	3,77	6,76	24,18	180	33,17
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			601,04	20,42	24,02	74,7	-	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
МАОУ-СОШ №31	Рожкова Оксана Владимировна	06.05.2025 09:03:39	DC3D9EFA411FFCF73C0A9176803A01B50CCA95A9
ООО "Каскад"	Елькина Наталья Аркадьевна	06.05.2025 09:02:33	F3FCFA1A0BACC9061615E8B3BECA87753BC4C93E