

Меню на 15.05.2025

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	Помидор пикантный(подгарнировка)	Завтрак	32,76	0,21	3,1	1,02	35/3	10,34
-	Плов с грудкой цыпленка, булгуром	Завтрак	464,42	23,62	15,89	58,04	60/200	84,63
-	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			693,18	27,83	19,49	102,16	-	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	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	6,88
562/2	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Завтрак	218,2	11,55	13,48	12,75	90	67,31
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом сливочным	Завтрак	134,18	2,46	4,84	19,06	150	28,54
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			533,35	17,47	21,82	66,18	-	108,64
1-4 классы (диет/питание пищ/аллер 162,95)Обед								
5	Помидор пикантный	Обед	51,24	0,27	4,99	1,31	55/5	16,29
-	Борщ с морской капустой, картофелем	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250	13,74
562/2	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Обед	218,2	11,55	13,48	12,75	90	68,66
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом сливочным	Обед	161,02	2,95	5,81	22,87	180	34,25
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	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			752,2	20,67	30,06	99,04	-	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	19,48	0,11	2	0,27	15/2	3,64
562/2	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Завтрак	218,2	11,55	13,48	12,75	90	66,99
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	148,4	3,15	5,6	20,18	150	32,10
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	9,31	20	1,44
Итого			536,19	18,06	21,48	67,04	-	108,64
1-4 классы (дотация 162,95) обед								
-	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250/10	21,69
562	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Обед	242,23	12,84	14,95	14,17	100	72,72
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,07	3,78	6,72	24,21	180	38,53
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	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			742,04	22,52	27,45	100,49	-	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	19,48	0,11	2	0,27	15/2	3,64
562/2	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Завтрак	218,2	11,55	13,48	12,75	90	66,99
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	148,4	3,15	5,6	20,18	150	32,10
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 (завтрак)			536,19	18,06	21,48	67,03	-	108,64
5	Помидор пикантный	Обед	51,24	0,27	4,99	1,31	55/5	16,29
-	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250/10	21,69
-	Плов с курой, булгуром	Обед	475,06	29,77	15,52	53,82	70/200	94,24
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	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)			872,04	36,74	26,39	122,04	-	162,95
Итого			1 408,23	54,8	47,87	189,07	-	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)								
5	Помидор пикантный	Обед	51,24	0,27	4,99	1,31	55/5	16,29
-	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250/10	21,69
-	Плов с курой, булгуром	Обед	475,06	29,77	15,52	53,82	70/200	94,24
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	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			872,04	36,74	26,39	122,04	-	162,95
5-11 класс (комплекс 128,56)завтрак								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	6,39
562	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Завтрак	242,23	12,84	14,95	14,17	100	76,29
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,07	3,78	6,72	24,21	180	38,53
685	Чай с сахаром	Завтрак	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
-	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			649,27	21,68	25,37	82,35	-	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(подгарнировка)	Завтрак	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	6,88
562	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Завтрак	242,23	12,84	14,95	14,17	100	76,29
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,07	3,78	6,72	24,21	180	38,53
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 (завтрак)			601,27	20,08	25,17	72,75	-	127,61
19	Салат из помидоров с льняным маслом	Обед	102,48	0,54	9,99	2,61	100	27,52
-	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250/10	21,69
-	Плов с курой, булгуром	Обед	475,06	29,77	15,52	53,82	70/200	94,22
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	Булочка с маком	Обед	402,18	8,16	16,31	59,37	100	19,63
-	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)			1 325,46	45,17	47,7	182,71	-	193,79
Итого			1 926,73	65,25	72,87	255,46	-	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								
-	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250/10	21,69
562	Ежики с рисом (говядина, свинина)	Обед	242,23	12,84	14,95	14,17	100	73,33
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,07	3,78	6,72	24,21	180	38,53
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	Маффины	Обед	376	7,3	14,1	54,8	50	30,00
-	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			1 094,04	29,02	41,45	150,49	-	192,84
5-11 классы (диет/питание пищ/аллер 128,56)Завтрак								
5	Помидор пикантный(поджаренный)	Завтрак	32,76	0,21	3,1	1,02	35/3	10,31
562	Ежики с рисом (говядина, свинина)	Завтрак	242,23	12,84	14,95	14,17	100	76,29
472/3	Пюре картофельное без молока с маслом сливочным	Завтрак	161,02	2,95	5,81	22,87	180	34,25
685	Чай с сахаром	Завтрак	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Завтрак	96	3,2	0,4	19,2	40	2,88
-	Хлеб ржаной	Завтрак	57,5	2	0,25	11,63	25	1,80
Итого			645,62	21,25	24,51	83,82	-	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								
-	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250/10	21,69
562	Ежики с рисом (говядина, свинина)	Обед	242,23	12,84	14,95	14,17	100	73,33
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,07	3,78	6,72	24,21	180	38,53
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	Маффины	Обед	376	7,3	14,1	54,8	50	30,00
-	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			1 094,04	29,02	41,45	150,49	-	192,84
5-11 классы (комплекс 192,84)Обед родит/плата								
-	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	Обед	100,23	1,58	5,2	11,53	250/10	21,69
562	Ежики с рисом (говядина, свинина)	Обед	242,23	12,84	14,95	14,17	100	73,33
472/3	Пюре картофельное	Обед	178,07	3,78	6,72	24,21	180	38,53
-	Напиток вишневый	Обед	103,51	0,32	0,08	26,88	200	26,41
-	Маффины	Обед	376	7,3	14,1	54,8	50	30,00
-	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			1 094,04	29,02	41,45	150,49	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 классы завтрак (дотация 128,56)								
5	Огурчик пикантный(подгарнировка)	Завтрак	30,86	0,21	3,1	0,54	30/3	6,39
562	Ежики с рисом (говядина,свинина)	Завтрак	242,23	12,84	14,95	14,17	100	76,29
472/3	Пюре картофельное	Завтрак	178,07	3,78	6,72	24,21	180	38,53
685	Чай с сахаром	Завтрак	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
-	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			649,27	21,68	25,37	82,35	-	128,56
Полдник 50,00 руб.								
-	Шаньга с творогом	Полдник	277,52	13,61	8,93	37,67	100	46,97
685	Чай с сахаром	Полдник	56,11	0,05	-	14,93	200/15	3,03
Итого			333,63	13,66	8,93	52,6	-	50,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ-СОШ №31	Рожкова Оксана Владимировна	13.05.2025 10:55:40	DC3D9EFA411FFCF73C0A9176803A01B50CCA95A9
ООО "Каскад"	Елькина Наталья Аркадьевна	13.05.2025 10:44:40	F3FCFA1A0BACC9061615E8B3BECA87753BC4C93E