

Меню на 22.05.2025

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								
-	Каша янтарная (из пшена с яблоками)	Завтрак	384,41	10,8	16	51,59	250	59,94
-	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	143,98	4,12	6,35	17,5	50/10	21,87
642/3	Какао с молоком	Завтрак	148,12	4	3,68	25,8	200	25,39
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			722,51	20,52	26,23	104,19	-	108,64
1-4 классы (диет/питание пищ/аллер 108,64)Завтрак								
-	Курица отварная (филе)	Завтрак	141,36	24,74	2,47	0,41	90	84,14
257	Каша пшенная вязкая б/молока с маслом	Завтрак	219,43	6,01	6,45	36,64	200/5	5,99
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
-	Фрукты свежие (яблоко)	Завтрак	46	0,4	-	11,3	100	12,60
Итого			556,9	34,4	9,32	82,18	-	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								
572	Овощи свежие в нарезке (помидор, огурец)	Обед	12	0,6	0,1	1,9	60	9,73
120	Щи из свежей капусты с картофелем	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250	15,13
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	342,03	16,74	18,11	25,89	250	123,43
-	Напиток фруктово-ягодный	Обед	100,09	0,32	0,08	25,91	200	11,06
-	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			662,08	23,46	23,92	86,33	-	162,95
1-4 классы (дотация 108,64) завтрак								
-	Каша янтарная (из пшена с яблоками)	Завтрак	384,41	10,8	16	51,59	250	59,94
-	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	143,98	4,12	6,35	17,5	50/10	21,87
642/3	Какао с молоком	Завтрак	148,12	4	3,68	25,8	200	25,39
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			722,51	20,52	26,23	104,19	-	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								
120/3	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250/10	18,17
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	342,03	16,74	18,11	25,89	250	128,68
-	Напиток фруктово-ягодный	Обед	100,09	0,32	0,08	25,91	200	11,06
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	96	3,2	0,4	19,2	40	2,88
-	Хлеб ржаной	Обед	69	2,4	0,3	13,95	30	2,16
Итого			697,08	24,46	24,02	93,88	-	162,95
1-4 классы (льготное питание 271,59)								
-	Каша янтарная (из пшена с яблоками)	Завтрак	384,41	10,8	16	51,59	250	59,94
-	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	143,98	4,12	6,35	17,5	50/10	21,87
642/3	Какао с молоком	Завтрак	148,12	4	3,68	25,8	200	25,39
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого (завтрак)			722,51	20,52	26,23	104,19	-	108,64
120/3	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250/10	18,17
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	342,03	16,74	18,11	25,89	250	128,68
-	Напиток фруктово-ягодный	Обед	100,09	0,32	0,08	25,91	200	11,06
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	96	3,2	0,4	19,2	40	2,88
-	Хлеб ржаной	Обед	69	2,4	0,3	13,96	30	2,16
Итого (обед)			697,08	24,46	24,02	93,89	-	162,95
Итого			1 419,59	44,98	50,25	198,08	-	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)								
120/3	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250/10	20,61
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	342,03	16,74	18,11	25,89	250	126,24
-	Напиток фруктово-ягодный	Обед	100,09	0,32	0,08	25,91	200	11,06
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	Обед	96	3,2	0,4	19,2	40	2,88
-	Хлеб ржаной	Обед	69	2,4	0,3	13,95	30	2,16
Итого			697,08	24,46	24,02	93,88	-	162,95
5-11 класс (комплекс 128,56)завтрак								
-	Каша янтарная (из пшена с яблоками)	Завтрак	384,41	10,8	16	51,59	250	60,56
-	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	287,95	8,24	12,7	35	100/20	43,75
647	Напиток из брусники	Завтрак	103,51	0,32	0,08	26,88	200	22,81
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			821,87	20,96	28,98	122,77	-	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)								
-	Каша янтарная (из пшена с яблоками)	Завтрак	384,41	10,8	16	51,59	250	59,94
-	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	287,95	8,24	12,7	35	100/20	43,75
642/3	Какао с молоком	Завтрак	148,12	4	3,68	25,8	200	25,39
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого (завтрак)			866,48	24,64	32,58	121,69	-	130,52
572	Овощи свежие в нарезке (помидор, огурец)	Обед	12	0,65	-	2,35	100	16,22
120/3	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250/10	20,61
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	334,51	19,43	16,01	25,89	60/200	145,31
-	Напиток из плодов шиповника	Обед	75,35	0,63	-	18,95	200	5,86
-	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 (обед)			605,82	25,71	21,54	75,02	-	190,88
Итого			1 472,3	50,35	54,12	196,71	-	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								
572	Овощи свежие в нарезке (помидор, огурец)	Обед	12	0,65	-	2,35	100	16,22
120/3	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250/10	20,61
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	334,51	19,43	16,01	25,89	60/200	147,27
-	Напиток из плодов шиповника	Обед	75,35	0,63	-	18,95	200	5,86
-	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			605,82	25,71	21,54	75,02	-	192,84
5-11 классы (диет/питание пищ/аллер 128,56)Завтрак								
-	Курица отварная (филе)	Завтрак	141,36	24,74	2,47	0,41	90	83,11
257	Каша пшенная вязкая б/молока с маслом подсолнечным	Завтрак	263,05	7,51	6,81	45,8	250/5	7,16
647	Напиток из брусники	Завтрак	103,51	0,32	0,08	26,88	200	22,81
-	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
-	Фрукты свежие (яблоко)	Завтрак	46	0,4	-	11,3	100	12,60
Итого			647,92	36,17	9,76	103,29	-	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								
572	Овощи свежие в нарезке (помидор, огурец)	Обед	12	0,65	-	2,35	100	16,22
120/3	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250/10	20,61
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	334,51	19,43	16,01	25,89	60/200	147,27
-	Напиток из плодов шиповника	Обед	75,35	0,63	-	18,95	200	5,86
-	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			605,82	25,71	21,54	75,02	-	192,84
5-11 классы (комплекс 192,84)Обед родит/плата								
572	Овощи свежие в нарезке (помидор, огурец)	Обед	12	0,65	-	2,35	100	16,22
120/3	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	Обед	89,96	1,8	5,13	8,93	250/10	20,61
394/3	Жаркое по-домашнему	Обед	334,51	19,43	16,01	25,89	60/200	147,27
-	Напиток из плодов шиповника	Обед	75,35	0,63	-	18,95	200	5,86
-	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			605,82	25,71	21,54	75,02	-	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)								
-	Каша янтарная (из пшена с яблоками)	Завтрак	384,41	10,8	16	51,59	250	60,56
-	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	287,95	8,24	12,7	35	100/20	43,75
647	Напиток из брусники	Завтрак	103,51	0,32	0,08	26,88	200	22,81
-	Хлеб ржаной	Завтрак	46	1,6	0,2	9,3	20	1,44
Итого			821,87	20,96	28,98	122,77	-	128,56
Полдник 50,00 руб.								
-	Шаньга со сметаной	Полдник	311,98	8,2	8,77	53,39	100	27,19
647	Напиток из брусники	Полдник	103,51	0,32	0,08	26,88	200	22,81
Итого			415,49	8,52	8,85	80,27	-	50,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "Каскад"	Елькина Наталья Аркадьевна	20.05.2025 15:43:08	F3FCFA1A0BACC9061615E8B3BECA87753BC4C93E
МАОУ-СОШ №31	Рожкова Оксана Владимировна	21.05.2025 08:09:31	DC3D9EFA411FFCF73C0A9176803A01B50CCA95A9