

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №10 с углубленным изучением отдельных предметов» Вагайского района Курганской области
И.В. Яркова
СШ №10
ст.б.с.в. Р.Р.

ИП Яркова Н.В.
ИНН 720601966592



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы

на 21 сентября 2021г.

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ
24	Салат из свежих помидор с м/растит	100	11-31	1,84	5.1	4,79	72,49
320	Минтай тушеный с овощами	88,30	29-39	29,35	8,78	4,38	215,51
472	Пюре картофельное	180	17-30	3,68	5,87	26,28	180,07
585	Компот из смородины	200	10-09	0,2	-	21,42	83,6
	Хлеб «Рябинушка» с маслом	30/9,4	11-91	2,3	7,4	14,5	133,8
	Итого:		80-00	37,37	27,15	71,37	685,47

Горячий обед

№	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ
	Салат «Синьор помидор»	50	4-26	0,1	7,1	4,2	61,45
110	Борщ со свининой и сметаной	10/250,10	19-85	5,39	7,77	14,01	179,23
175	Бефстроганов из свинины	75/50	60-10	9,85	7,63	6,7	236,67
472	Картофельное пюре	180	17-30	3,2	6,8	21,9	145,67
629	Чай с лимоном	200/7/15	4-41	0,3	0,00	15,2	60
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	34	3-68	6,84	0,81	29,82	68,1
	Итого:		109-60	25,68	30,11	91,83	751,12

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

ИП Яркова Н.В.
ИНН 720801988992



Вагайская СОШ
Тавлетбаева Р.Р.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы

на 20 сентября 2021 г.

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
297	Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	117.19,2	46-11	23,52	11,16	33,09	326,79
642	Кофейный напиток с молоком	200	12-66	2,67	4,2	23,69	123,49
	Хлеб «Рябинушка» с джемом	20.30	6-93	2,32	0,27	21,44	92,5
	Булочка «Ярославская»	50	14-30	3,3	2,1	28,6	146,5
	Итого:		80-00	31,81	17,73	106,82	689,28

Горячий обед

№	Наименование блюда	Выход,г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
	Салат из свежей капусты	100	11-09	0,2	1,42	0,82	61,45
129	Рассольник ленинградский со свиной со сметаной	10/250/10	23-64	6,39	7,07	21,07	152,23
444	Курица (бедро) запеченная со сметаной с соусом	100/50	48-42	8,3	7,78	6,5	190
463	Каша гречневая рассыпчатая	180	15-95	5,62	8,2	27,53	380
588	Компот из вишни	200	6-05	0,11	0,04	27,74	53
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	41,5	4-45	6,84	0,81	29,82	136,2
	Итого:		109-60	27,46	25,32	113,42	972,88

Зав. производством: *М*

Калькулятор:

Соц. педагог:

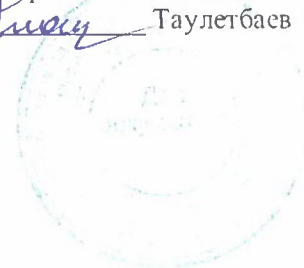
Мед. работник:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

ИП Яркова Н.В.
Инн 2401000192

«Утверждаю»
Директор МАОУ Вагайская СОШ
Таулетбаев Р.Р.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю



Столовая школы

на 16 сентября 2021 г.

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
257	Каша Дружба на молоке с маслом	200.10	24-27	8,32	12,78	37,08	284,44
642	Какао на молоке	200	13-51	2,67	4,2	23,63	123,49
	Хлеб «Деревенский» ржаной с сыром голландским	30.28,5	21-94	7,01	5,76	9,62	129
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	20-28	4,1	2,5	11,5	95
	Итого:		80-00	22,1	25,24	81,83	631,93

Горячий обед

№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
	Салат из свежей капусты	100	11-07	0,98	5,11	5,50	71,50
138	Суп картофельный с горохом с говядиной	16.250	24-56	12,35	10,15	18,64	216,35
401	Гуляш из свинины	75.50	55-81	10,50	15,30	0,13	185,13
469	Макаронь отварные	180	10-21	5,81	4,82	36,63	216,3
628	Чай с сахаром	200	1-51	0,46	0,11	15,26	58,30
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-44	4,66	0,94	29,16	146,40
	Итого:		109-60	34,76	36,43	105,32	893,98

Зав. производством: 

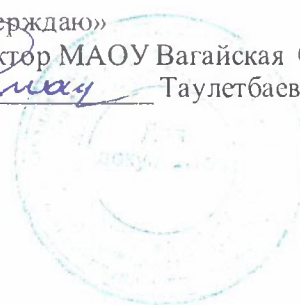
Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

«Утверждаю»
Директор МАОУ Вагайская СОШ
Таулетбаев Р.Р.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы

на 15 сентября 2021 г.

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
297	Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	117,19,8	46-11	23,52	11,16	33,09	326,79
642	Кофейный напиток с молоком	200	12-66	2,67	4,2	23,69	123,49
	Хлеб «Рябинушка» с джемом	20,30	6-93	2,32	0,27	21,44	92,5
	Булочка «Ярославская»	50	14-30	3,3	2,1	28,6	146,5
	Итого:		80-00	31,81	17,73	106,82	689,28

Горячий обед

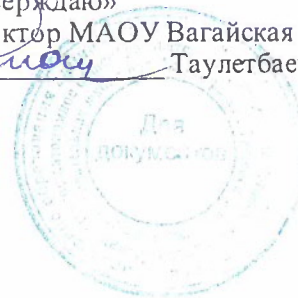
№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
	Салат овощной	100	12-64	0,5	3,55	21	61,45
151	Суп лапша домашняя с курицей	22/250	18-37	4,91	5,77	16,5	194
394	Жаркое по-домашнему из говядины	200	65-19	17,72	9,72	21,53	233,71
652	Компот из шиповника	200	10-79	0,4	0,00	23,6	67
	Хлеб «Славянский» ржаной	30	2-61	6,84	0,81	29,82	77,8
	Итого:		109-60	30,37	19,85	112,45	633,96

Зав. производством:
Калькулятор:
Соц. педагог:
Мед. работник:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

ИП Яркова Н.В.
ИНН 720601963592

«Утверждаю»
Директор МАОУ Вагайская СОШ
Таулетбаев Р.Р.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы

на 14 сентября 2021 г.

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
24	Зеленый горошек	62	20-00	1,84	5,1	4,79	72,49
401	Гуляш из свинины	53.25	39-32	24,3	26,76	12,58	364,18
463	Гречка рассыпчатая	180	15-95	10,13	12,98	50,74	348,06
628	Чай с сахаром	200.10	1-51	0,2	-	10,02	38,99
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	30	3-22	2,28	0,27	14,91	67,8
	Итого:		80-00	38,75	45,11	93,04	891,52

Горячий обед

№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
61	Винегрет овощной	100	18-85	5,67	10,9	5,82	124
120	Щи из свежей капусты с говядиной и сметаной	10/250/10	21-67	5,79	7,77	11,21	138,31
449	Плов из свинины	216	56-59	16,25	8,78	28,47	326
588	Компот из вишни	200	6-05	0,36	0,0	33,16	127,45
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	6-44	6,84	0,81	29,82	155,6
	Итого:		109-60	34,91	28,26	108,48	871,36

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

«Утверждаю»
Директор МАОУ Вагайская СОШ

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.
ИП: 2380 959592

«Утверждаю»
Директор МАОУ Вагайская СОШ
Таулетбаев Р.Р.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы

на 13 сентября 2021 г.

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
24	Кукуруза консервированная	66	20-00	1,84	5,1	4,79	72,49
284	Омлет натуральный с маслом	200/7,3	43-27	19,54	21,54	3,03	378,4
642	Какао на молоке	200	13-51	3,15	3,2	24,75	125,87
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	30	3-22	2,28	0,27	14,91	67,8
	Итого:		80-00	26,81	30,11	47,48	644,56

Горячий обед

№	Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал
	Салат «Ералаш»	50	3-93	0,5	3,55	21	61,45
129	Рассольник Ленинградский со свиной и сметаной	10/250/10	23-59	6,39	7,07	21,01	152,23
387	Поджарка из свинины	75/25	59-32	10,5	8,3	2,4	158,75
472	Картофельное пюре	150	14-48	3,2	6,8	21,9	145,67
628	Чай с сахаром	200/10	1-51	0,2	0,00	15,0	58
	Хлеб «Рябинушка» йодированный	63	6-77	6,84	0,81	29,82	155,8
	Итого:		109-60	28,38	25,63	103,98	731,9

Зав. производством: *fl*

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник: