«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Таулетбаев Р.Р.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 6 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак с 1 по 4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра кабачковая  (подгарнировка) | 20 | 4-30 | 0,3 | 1,05 | 1,45 | 16,5 |
| 416  528 | Котлета мясная рубленая  с соусом красным основным | 100.30 | 53-11 | 16,73 | 17,92 | 19,26 | 287,01 |
| 469 | Макароны отварные | 180 | 10-86 | 6,61 | 5,36 | 42,51 | 248,43 |
| 585 | Компот из смородины | 200 | 10-20 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Батончик «Сникерс» | 80 | 62-53 | 5,0 | 14,0 | 33,0 | 274,0 |
|  | Яблоко | 300 | 46-80 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 120,0 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 18-85 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 138,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 33,32 | 39,0 | 170,75 | 1235,38 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из свежей капусты | 50 | 7-94 | 0,05 | 3,55 | 21 | 61,45 |
| 132 | Суп из овощей со свининой  со сметаной | 10/250/10 | 23-50 | 5,31 | 4,97 | 12,35 | 117,23 |
| 444 | Гуляш из свинины | 53/25 | 39-37 | 11,835 | 10,29 | 0,305 | 234 |
| 463 | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 20-37 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 380 |
| 588 | Компот из кураги | 200 | 15-07 | 1,04 | 0,06 | 30,16 | 119,49 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 6,84 | 0,81 | 29,82 | 77,8 |
|  | **Итого:** |  | **109-60** | 33,77 | 27,48 | 136,23 | 989,97 |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог: Мед. работник:

«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Таулетбаев Р.Р.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 6 декабря 2021г.

**Горячий завтрак с 5 по 11 класс**

**6.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Зеленый горошек (подгарнировка) | 62 | 20-00 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 416  528 | Котлета мясная рубленая  с соусом красным основным | 65.30 | 35-59 | 10,87 | 11,65 | 12,48 | 172,2 |
| 469 | Макароны отварные | 180 | 10-86 | 6,61 | 5,36 | 42,51 | 248,43 |
| 585 | Компот из смородины | 200 | 10-20 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **80-00** | 21,36 | 17,28 | 94,82 | 599,83 |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Таулетбаев Р.Р.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 6 декабря 2021г.

**Горячий завтрак**

**6.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 416  528 | Котлета мясная рубленая  с соусом красным основным | 65.30 | 35-59 | 10,87 | 11,65 | 12,48 | 172,2 |
| 469 | Макароны отварные | 180 | 10-86 | 6,61 | 5,36 | 42,51 | 248,43 |
| 585 | Компот из смородины | 200 | 10-20 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 19-96 | 17,28 | 91,32 | 572,03 |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Таулетбаев Р.Р.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы с 6 по 10 декабря 2021г.

**Экспресс завтрак**

**6.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Макароны отварные | 119 | 7-47 | 6,3 | 7,38 | 42,3 | 264,60 |
| Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 58,30 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,80 |
| **Итого:** |  | **12-40** | 8,78 | 7,70 | 72,22 | 390,7 |

**7.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Бутерброд с сыром голландским | 11/30 | 10-82 | 6,35 | 4,57 | 14,56 | 127,20 |
| Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0.4 | 0.0 | 15.0 | 62 |
| **Итого:** |  | **12-40** | 6,75 | 4,57 | 29,56 | 189,20 |

**8.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Макароны отварные | 119 | 7-47 | 6,3 | 7,38 | 42,3 | 264,60 |
| Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 58,30 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,80 |
| **Итого:** |  | **12-40** | 8,78 | 7,70 | 72,22 | 390,7 |

**9.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Бутерброд с сыром голландским | 11/30 | 10-82 | 6,35 | 4,57 | 14,56 | 127,20 |
| Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0.4 | 0.0 | 15.0 | 62 |
| **Итого:** |  | **12-40** | 6,75 | 4,57 | 29,56 | 189,20 |

**10.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Макароны отварные | 119 | 7-47 | 6,3 | 7,38 | 42,3 | 264,60 |
| Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 58,30 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,80 |
| **Итого:** |  | **12-40** | 8,78 | 7,70 | 72,22 | 390,7 |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Таулетбаев Р.Р.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы с 6 по 10 декабря 2021г.

**Свободное меню**

Салат «Солнечный зайчик» 100 14-42

Салат свекольный с огурцом 100 15-95

Винегрет овощной 100 19-80

Салат «Ермак» 100 65-70

Минтай жареный 100 34-50

Гуляш из говядины 50.50 57-47

Бефстроганов из свинины 75.50 61-20

Азу из свинины 50.150 56-57

Свинина тушеная с капустой 50.200 67-12

Печень по-строгановски 75.50 68-60

Котлета мясная рубленая 75 38-80

Бедро жареное 100 49-40

Рис отварной 150 14-40

Каша гречневая рассыпчатая 150 16-95

Макароны отварные 150 9-06

Картофельное пюре 150 20-11

Капуста тушеная 150 22-56

Соус красный основной 50 3-60

Масло сливочное 10 10-20

Компот из смородины 200 10-20

Чай с сахаром 200 1-58

Хлеб «Рябинушка» йодированный 30 3-35

Хлеб «Деревенский» ржаной 30 2-61

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог: Мед. работник: