«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 8 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из свежих помидор с м/растит | 82 | 20-34 | 0,92 | 2,55 | 2,4 | 61,75 |
| 401 | Гуляш из свинины | 75.25 | 55-03 | 24,3 | 26,76 | 12,58 | 364,18 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 20-37 | 10,13 | 12,98 | 50,74 | 348,06 |
| 628 | Чай с сахаром | 200.10 | 1-58 | 0,2 | - | 10,02 | 38,99 |
|  | Яблоко | 300 | 46-80 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 120,0 |
|  | Йогурт питьевой | 270 | 43-68 | 1,8 | 1,5 | 4,5 | 110,0 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 18-85 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный. | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 41,83 | 44,46 | 133,35 | 1200,78 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат «Артамоша» | 100 | 26-54 | 0,5 | 3,55 | 21 | 61,45 |
| 151 | Суп лапша домашняя с курицей | 12/250 | 18-24 | 4,91 | 5,77 | 16,5 | 194 |
| 394 | Жаркое по-домашнему из свинины | 200 | 51-31 | 17,72 | 9,72 | 21,53 | 233,71 |
| 652 | Компот из шиповника | 200 | 10-94 | 0,4 | 0,00 | 23,6 | 67 |
|  | Хлеб «Славянский» ржаной | 30 | 2-57 | 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» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 9 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра баклажанная | 53 | 14-12 | 2,0 | 3,12 | 5,57 | 61,48 |
| 416  528 | Биточки куриные с соусом  (грудка куриная) | 100.30 | 53-74 | 16,73 | 17,92 | 19,26 | 287,01 |
| 472 | Картофельное пюре | 180 | 24-10 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 642 | Кофейный напиток | 200 | 13-68 | 2,67 | 4,2 | 23,63 | 123,49 |
|  | Мандарин | 190 | 44-46 | 1,3 | 0,3 | 12,0 | 60,8 |
|  | Молоко «Фрутто-няня» | 200 | 36-27 | 5,6 | 5,54 | 20,74 | 153,14 |
|  | Йогурт в индивидуальной упаковке | 95 | 20-28 | 4,1 | 2,5 | 11,5 | 95 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 38,36 | 39,72 | 133,89 | 1028,79 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат «Ералаш» | 50 | 5-43 | 0,5 | 3,55 | 3,7 | 30,75 |
| 129 | Рассольник Ленинградский  со свининой и сметаной | 10/250/10 | 26-81 | 6,39 | 7,07 | 21,01 | 152,23 |
| 387 | Поджарка из свинины | 59/25 | 48-97 | 10,5 | 8,3 | 2,4 | 158,75 |
| 472 | Картофельное пюре | 150 | 20-11 | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 145,67 |
| 628 | Чай с сахаром | 200/10 | 1-58 | 0,2 | 0,00 | 15,0 | 58 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 60 | 6-70 | 6,84 | 0,81 | 29,82 | 155,8 |
|  | **Итого:** |  | **109-60** | 28,38 | 25,63 | 93,83 | 701,2 |

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 10 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из морской капусты | 77 | 16-18 | 0,7 | 3,5 | 3,7 | 53,0 |
| 403 | Плов из курицы | 250 | 57-36 | 18,83 | 24,29 | 56,49 | 507,24 |
| 585 | Компот из шиповника | 200 | 10-91 | 0,8 | - | 29,96 | 120 |
|  | Яблоко | 300 | 46-80 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 120,0 |
|  | Коктейль молочный 2,5% жирности | 200 | 36-27 | 6,8 | 8,4 | 16,8 | 168,0 |
|  | Йогурт в индивидуальной упаковке | 95 | 20-28 | 4,1 | 2,5 | 11,5 | 95 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 18-85 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 35,71 | 39,36 | 39,36 | 1221,04 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 61 | Винегрет овощной (подгарнировка) | 40 | 7-93 | 2,27 | 4,36 | 5,82 | 49,6 |
| 120 | Щи из свежей капусты  со свининой и сметаной | 10/250/10 | 22-33 | 5,79 | 7,77 | 11,21 | 138,31 |
| 449 | Плов из говядины | 200 | 66-04 | 16,25 | 8,78 | 28,47 | 326 |
| 588 | Компот из вишни | 200 | 6-60 | 0,36 | 0,0 | 33,16 | 127,45 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 60 | 6-70 | 4,56 | 0,54 | 29,82 | 135,6 |
|  | **Итого:** |  | **109-60** | 29,23 | 21,45 | 108,48 | 776,96 |

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.

**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 |

**7.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из морской капусты | 95 | 20-00 | 6,64 | 2,86 | 3,71 | 71,95 |
| 444 | Фрикасе из курицы | 65 | 34-94 | 18,16 | 20,8 | 3,02 | 250,48 |
| 465 | Рис отварной | 180 | 17-21 | 4,66 | 6,2 | 48,5 | 272,4 |
| 629 | Чай с лимоном | 200.7 | 4-50 | 0,46 | - | 15,26 | 68,15 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **80-00** | 32,2 | 30,13 | 85,4 | 730,78 |

**8.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Кукуруза консервированная  (подгарнировка) | 63 | 20-00 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 401 | Гуляш из свинины | 45.25 | 34-70 | 17,0 | 18,73 | 8,81 | 254,94 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 20-37 | 10,13 | 12,98 | 50,74 | 348,06 |
| 628 | Чай с сахаром | 200.10 | 1-58 | 0,2 | - | 10,02 | 38,99 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный. | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 31,01 | 31,98 | 87,98 | 737,78 |

**9.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 24 | Салат из свежих помидор с м/растит | 81 | 20-00 | 0,92 | 2,55 | 2,4 | 61,75 |
| 416  528 | Биточки куриные с соусом  (грудка куриная) | 56.30 | 30-97 | 16,73 | 17,92 | 19,26 | 287,01 |
| 472 | Картофельное пюре | 180 | 24-10 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 628 | Чай с сахаром | 200.10 | 1-58 | 0,2 | - | 10,02 | 38,99 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **80-00** | 23,81 | 26,61 | 72,87 | 635,62 |

**10.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра кабачковая | 95 | 20-00 | 1,43 | 5,0 | 6,89 | 78,38 |
| 403 | Плов из курицы | 235 | 45-74 | 17,7 | 22,83 | 53,1 | 476,8 |
| 585 | Компот из шиповника | 200 | 10-91 | 0,8 | - | 29,96 | 120 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **80-00** | 21,91 | 28,1 | 104,86 | 742,98 |

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.

**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 |

**7.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 444 | Фрикасе из курицы | 65 | 34-94 | 18,16 | 20,8 | 3,02 | 250,48 |
| 465 | Рис отварной | 180 | 17-21 | 4,66 | 6,2 | 48,5 | 272,4 |
| 629 | Чай с лимоном | 200.7 | 4-50 | 0,46 | - | 15,26 | 68,15 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 25,56 | 27,27 | 81,69 | 658,83 |

**8.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 401 | Гуляш из свинины | 45.25 | 34-70 | 17,0 | 18,73 | 8,81 | 254,94 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 20-37 | 10,13 | 12,98 | 50,74 | 348,06 |
| 628 | Чай с сахаром | 200.10 | 1-58 | 0,2 | - | 10,02 | 38,99 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный. | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 29,61 | 31,98 | 84,48 | 709,98 |

**9.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 416  528 | Биточки куриные с соусом  (грудка куриная) | 56.30 | 30-97 | 16,73 | 17,92 | 19,26 | 287,01 |
| 472 | Картофельное пюре | 180 | 24-10 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 628 | Чай с сахаром | 200.10 | 1-58 | 0,2 | - | 10,02 | 38,99 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 22,89 | 24,06 | 70,47 | 573,87 |

**10.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 403 | Плов из курицы | 235 | 45-74 | 17,7 | 22,83 | 53,1 | 476,8 |
| 585 | Компот из шиповника | 200 | 10-91 | 0,8 | - | 29,96 | 120 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 20,48 | 23,1 | 97,97 | 664,6 |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник: