«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 1 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 297 | Запеканка «Царская»  с молоком сгущенным | 150.18,7 | 59-83 | 23,52 | 11,16 | 33,09 | 326,79 |
| 642 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 13-63 | 2,67 | 4,2 | 23,69 | 123,49 |
|  | Хлеб «Рябинушка» с повидлом | 30/25 | 7-06 | 2,32 | 0,27 | 21,44 | 92,5 |
|  | Апельсин | 200 | 37-00 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 86,0 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 18-85 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 138,0 |
|  | Батончик «Твикс» | 50 | 39-83 | 5,0 | 14,0 | 33,0 | 274,0 |
|  | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 33-80 | 4,8 | 8,1 | 28,8 | 212,0 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 40,51 | 38,13 | 178,22 | 1252,78 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра кабачковая | 50 | 7-00 | 0,2 | 1,42 | 0,82 | 61,45 |
| 129 | Рассольник ленинградский  со свининой со сметаной | 10/250/10 | 25-44 | 6,39 | 7,07 | 21,01 | 152,23 |
| 444 | Курица (бедро) запеченная  со сметаной с соусом | 85/30 | 41-81 | 8,3 | 7,78 | 6,5 | 190 |
| 463 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 16-93 | 5,62 | 8,2 | 27,53 | 380 |
| 588 | Компот из кураги | 200 | 15-07 | 0,11 | 0,04 | 27,74 | 53 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 6,84 | 0,81 | 29,82 | 136,2 |
|  | **Итого:** |  | **109-60** | 27,46 | 25,32 | 113,42 | 972,88 |

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 2 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
| 24 | Салат из свежих помидор с м/растит | 95 | 23-33 | 0,7 | 6,8 | 4,8 | 60,0 |
| 320 | Горбуша тушеная с овощами | 100.30 | 72-92 | 29,35 | 8,78 | 4,38 | 215,51 |
| 472 | Пюре картофельное | 180 | 18-78 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 585 | Компот из смородины | 200 | 10-24 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Батончик «Сникерс» | 80 | 62-53 | 5,0 | 14,0 | 33,0 | 274,0 |
|  | 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** | 41,61 | 35,72 | 126,79 | 1018,98 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
|  | Салат «Веселая мазайка» | 50 | 7-34 | 0,1 | 7,1 | 4,2 | 61,45 |
| 110 | Борщ со свининой и сметаной | 10/250/10 | 22-28 | 5,39 | 7,77 | 14,01 | 179,23 |
| 175 | Бефстроганов из свинины | 75/50 | 53-33 | 9,85 | 7,63 | 6,7 | 236,67 |
| 472 | Картофельное пюре | 180 | 18-78 | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 145,67 |
| 629 | Чай с лимоном | 200/7/15 | 4-52 | 0,3 | 0,00 | 15,2 | 60 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 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» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 3 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из морской капусты | 100 | 31-02 | 0,7 | 6,8 | 4,8 | 60,0 |
| 460 | Тефтели из курицы с соусом | 100.30 | 45-97 | 13,16 | 22,85 | 16,14 | 310,77 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 20-34 | 10,13 | 12,98 | 50,74 | 348,06 |
| 585 | Компот из вишни | 200 | 6-62 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Апельсин | 200 | 37-00 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 86,0 |
|  | Коктейль молочный 2,5% жирности | 200 | 36-27 | 6,8 | 8,4 | 16,8 | 168,0 |
|  | Маффин | 30 | 28-60 | 3,5 | 5,0 | 33,0 | 192 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 37 | 4-18 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 38,57 | 56,7 | 174,01 | 1316,23 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра баклажанная | 52 | 11-93 | 0,05 | 3,55 | 2,1 | 43 |
| 128 | Рассольник домашний  со свининой со сметаной | 10/250/10 | 27-31 | 5,59 | 7,07 | 13,61 | 138,31 |
| 309 | Минтай тушеный с овощами | 100/30 | 36-26 | 26,74 | 9,35 | 12,72 | 203,4 |
| 465 | Рис отварной | 180 | 17-16 | 2,5 | 4,1 | 25,7 | 157,13 |
| 588 | Компот из смородины | 200 | 10-24 | 1,04 | 0,06 | 30,16 | 119,49 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 60 | 6-70 | 6,84 | 0,81 | 29,82 | 155,6 |
|  | **Итого:** |  | **109-60** | 42,76 | 24,94 | 114,11 | 816,93 |

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 1, 2, 3 декабря 2021г.

**Горячий завтрак**

**1.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 297 | Запеканка «Царская»  с молоком сгущенным | 150.14 | 58-68 | 23,52 | 11,16 | 33,09 | 326,79 |
| 642 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 13-63 | 2,67 | 4,2 | 23,69 | 123,49 |
|  | Хлеб «Рябинушка» с повидлом | 30/25 | 7-06 | 2,32 | 0,27 | 21,44 | 92,5 |
|  | Апельсин | 200 | 37-00 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 86,0 |
|  | Батончик «Твикс» | 50 | 39-83 | 5,0 | 14,0 | 33,0 | 274,0 |
|  | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 33-80 | 4,8 | 8,1 | 28,8 | 212,0 |
|  | **Итого:** |  | **190-00** | 40,11 | 38,13 | 156,22 | 1114,78 |

**2.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
| 24 | Салат из свежих помидор с м/растит | 95 | 23-33 | 0,7 | 6,8 | 4,8 | 60,0 |
| 320 | Горбуша тушеная с овощами | 100.30 | 72-92 | 29,35 | 8,78 | 4,38 | 215,51 |
| 472 | Пюре картофельное | 180 | 18-78 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 585 | Компот из смородины | 200 | 10-24 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Батончик «Сникерс» | 80 | 62-53 | 5,0 | 14,0 | 33,0 | 274,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 20 | 2-20 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **190-00** | 41,21 | 35,72 | 104,79 | 880,98 |

**3.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 460 | Тефтели из курицы с соусом | 100.30 | 45-97 | 13,16 | 22,85 | 16,14 | 310,77 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 20-34 | 10,13 | 12,98 | 50,74 | 348,06 |
| 585 | Компот из вишни | 200 | 6-62 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Апельсин | 200 | 37-00 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 86,0 |
|  | Коктейль молочный 2,5% жирности | 200 | 36-27 | 6,8 | 8,4 | 16,8 | 168,0 |
|  | Батончик «Марс» | 50 | 39-83 | 5,5 | 15,5 | 26,0 | 265,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 35 | 3-97 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **190-00** | 39,87 | 60,4 | 162,21 | 1329,23 |

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 1, 2, 3 декабря 2021г.

**Экспресс завтрак**

**1.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 297 | Запеканка «Царская»  с молоком сгущенным | 150.14 | 58-68 | 23,52 | 11,16 | 33,09 | 326,79 |
| 642 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 13-63 | 2,67 | 4,2 | 23,69 | 123,49 |
|  | Хлеб «Рябинушка» с сыром | 30/16 | 14-24 | 2,32 | 0,27 | 21,44 | 92,5 |
|  | Апельсин | 200 | 37-00 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 86,0 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 18-85 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 138,0 |
|  | **Итого:** |  | **142-40** | 30,71 | 53,83 | 116,42 | 769,78 |

**2.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
| 24 | Салат из свежих помидор с м/растит | 95 | 23-33 | 0,7 | 6,8 | 4,8 | 60,0 |
| 320 | Горбуша тушеная с овощами | 100.30 | 72-92 | 29,35 | 8,78 | 4,38 | 215,51 |
| 472 | Пюре картофельное | 180 | 18-78 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 585 | Компот из смородины | 200 | 10-24 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Батончик «Джет» | 42 | 10-79 | 0,84 | 9,66 | 28,14 | 203,7 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 57 | 6-34 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **142-40** | 37,05 | 31,38 | 99,93 | 810,68 |

**3.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 460 | Тефтели из курицы с соусом | 100.30 | 45-97 | 13,16 | 22,85 | 16,14 | 310,77 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 20-34 | 10,13 | 12,98 | 50,74 | 348,06 |
| 585 | Компот из вишни | 200 | 6-62 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Апельсин | 200 | 37-00 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 86,0 |
|  | Маффин | 30 | 28-60 | 3,5 | 5,0 | 33,0 | 192 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 35 | 3-87 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **142-40** | 31,07 | 41,5 | 152,41 | 1088,23 |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник: