«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 13 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
| 257 | Каша пшенная вязкая на молоке | 200.5 | 20-92 | 8,32 | 12,78 | 37,08 | 284,44 |
| 642 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 13-77 | 2,67 | 4,2 | 23,63 | 123,49 |
|  | Йогурт в индивидуальной упаковке | 95 | 20-28 | 4,1 | 2,5 | 11,5 | 95 |
|  | Хлеб «Деревенский» ржаной с сыром | 30/24 | 18-79 | 7,01 | 5,76 | 9,62 | 129 |
|  | Мандарины | 160 | 37-44 | 0,42 | 0,0 | 12,04 | 55,0 |
|  | Батончик «Сникерс» | 80 | 62-53 | 5,0 | 14,0 | 33,0 | 274,0 |
|  | Молоко Фрутто няня | 200 | 36-27 | 5,6 | 5,54 | 20,74 | 153,14 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 33,12 | 44,78 | 147,61 | 1114,07 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
|  | Салат из свежей капусты | 100 | 15-85 | 0,98 | 5,11 | 5,50 | 71,50 |
| 138 | Суп картофельный с горохом  с говядиной | 10.250 | 20-07 | 12,35 | 10,15 | 18,64 | 216,35 |
| 401 | Гуляш из свинины | 75.50 | 56-34 | 10,50 | 15,30 | 0,13 | 185,13 |
| 469 | Макароны отварные | 180 | 10-86 | 5,81 | 4,82 | 36,63 | 216,3 |
| 628 | Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,46 | 0,11 | 15,26 | 58,30 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 44 | 4-90 | 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» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 13 декабря 2021г.

**Горячий завтрак с 5 по 11 класс**

**13.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
| 257 | Каша пшенная вязкая на молоке | 200.10 | 26-02 | 8,32 | 12,78 | 37,08 | 284,44 |
| 642 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 13-77 | 2,67 | 4,2 | 23,63 | 123,49 |
|  | Йогурт в индивидуальной упаковке | 95 | 20-28 | 4,1 | 2,5 | 11,5 | 95 |
|  | Хлеб «Деревенский» ржаной с сыром | 30/25,6 | 19-93 | 7,01 | 5,76 | 9,62 | 129 |
|  | **Итого:** |  | **80-00** | 22,1 | 25,24 | 81,83 | 631,93 |

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 13 декабря 2021г.

**Горячий завтрак**

**13.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
| 257 | Каша пшенная вязкая на молоке | 200.10 | 26-02 | 8,32 | 12,78 | 37,08 | 284,44 |
| 642 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 13-77 | 2,67 | 4,2 | 23,63 | 123,49 |
|  | Хлеб «Деревенский» ржаной с сыром | 30/26 | 20-21 | 7,01 | 5,76 | 9,62 | 129 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 18,0 | 22,74 | 70,33 | 536,93 |

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 с 13 по 17 декабря 2021г.

**Экспресс завтрак**

**13.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |

**14.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |

**15.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |

**16.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 |

**17.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 13 по 17 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: