«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**М е н ю**

Столовая школы на 15 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 297 | Запеканка «Царская»  с молоком сгущенным | 150.10 | 57-67 | 23,52 | 11,16 | 33,09 | 326,79 |
| 642 | Какао на молоке | 200 | 14-51 | 2,67 | 4,2 | 23,69 | 123,49 |
|  | Апельсин | 250 | 47-13 | 0,42 | 0,0 | 12,04 | 117,5 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 400 | 37-70 | 2,0 | 0,0 | 49,0 | 210,0 |
|  | Бисквит с начинкой | 95 | 47-79 | 5,73 | 20,27 | 57,3 | 430,67 |
|  | Хлеб «Рябинушка» с повидлом | 10.30 | 5-20 | 2,32 | 0,27 | 21,44 | 92,5 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 36,66 | 35,9 | 196,56 | 1300,95 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
|  | Салат из свежих помидор с м/растит | 50 | 12-27 | 0,1 | 7,1 | 4,2 | 61,45 |
| 110 | Борщ со свининой и сметаной | 10/250/10 | 22-27 | 5,39 | 7,77 | 14,01 | 179,23 |
| 175 | Бефстроганов из свинины | 55/50 | 47-07 | 9,85 | 7,63 | 6,7 | 236,67 |
| 472 | Картофельное пюре | 150 | 20-14 | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 145,67 |
| 629 | Чай с лимоном | 200/7/15 | 4-50 | 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 16 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
|  | Зеленый горошек консервированный  (подгарнировка) | 64 | 19-74 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 320 | Минтай, запеченный  в сметанном соусе с сыром | 100.30 | 55-98 | 29,35 | 8,78 | 4,38 | 215,51 |
| 472 | Пюре картофельное | 180 | 24-10 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 585 | Компот из вишни | 200 | 6-60 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Яблоко | 280 | 43-68 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 94,0 |
|  | 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** | 48,41 | 23,36 | 118,93 | 916,92 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,г** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат «Ералаш» | 50 | 5-26 | 0,2 | 1,42 | 0,82 | 61,45 |
| 129 | Рассольник ленинградский  со свининой со сметаной | 10/250/10 | 26-70 | 6,39 | 7,07 | 21,01 | 152,23 |
| 444 | Курица (бедро) запеченная  со сметаной | 85 | 42-29 | 8,3 | 7,78 | 6,5 | 190 |
| 463 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 16-95 | 5,62 | 8,2 | 27,53 | 380 |
| 588 | Компот из кураги | 200 | 15-05 | 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 17 декабря 2021 г.

**Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Кукуруза консервированная  (подгарнировка) | 58 | 18-27 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 376 | Поджарка из свинины | 75.25 | 59-82 | 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 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 500 | 54-61 | 2,0 | 0,0 | 49,0 | 210,0 |
|  | Кекс столичный | 100 | 52-00 | 5,73 | 20,27 | 57,3 | 430,67 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 46,04 | 60,28 | 198,05 | 1487,5 |

**Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из свежих помидор с м/растит | 50 | 12-27 | 0,05 | 3,55 | 2,1 | 43 |
| 128 | Рассольник домашний  со свининой со сметаной | 10/250/10 | 28-82 | 5,59 | 7,07 | 13,61 | 138,31 |
| 309 | Минтай тушеный с овощами | 83.30 | 34-40 | 26,74 | 9,35 | 12,72 | 203,4 |
| 465 | Рис отварной | 180 | 17-21 | 2,5 | 4,1 | 25,7 | 157,13 |
| 588 | Компот из смородины | 200 | 10-20 | 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 15, 16, 17 декабря 2021г.

**Горячий завтрак с 5 по 11 класс**

**15.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход, гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
| 297 | Запеканка «Царская»  с молоком сгущенным | 143/10 | 55-07 | 23,52 | 11,16 | 33,09 | 326,79 |
| 628 | Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,4 | - | 15,05 | 57,98 |
|  | Плюшка «Московская» | 50 | 16-90 | 3,75 | 6,6 | 30,45 | 197,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» с повидлом | 30/17 | 6-45 | 2,32 | 0,27 | 21,44 | 92,5 |
|  | **Итого:** |  | **80-00** | 29,99 | 18,03 | 100,03 | 674,27 |

**16.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ** |
|  | Зеленый горошек консервированный  (подгарнировка) | 65 | 20-00 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 320 | Минтай, запеченный  в сметанном соусе с сыром | 56.30 | 31-35 | 16,45 | 5,78 | 2,38 | 120,69 |
| 472 | Пюре картофельное | 180 | 24-10 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 628 | Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,4 | - | 15,05 | 57,98 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 27 | 2-97 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **80-00** | 24,21 | 11,92 | 62,12 | 454,34 |

**17.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из морской капусты  промышленного производства | 90 | 20-00 | 0,7 | 3,5 | 3,7 | 53,0 |
| 376 | Поджарка из свинины | 42.15 | 34-70 | 13,44 | 14,41 | 7,06 | 200,34 |
| 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:** |  | **80-00** | 26,75 | 31,16 | 86,43 | 708,19 |

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 15, 16, 17 декабря 2021г.

**Горячий завтрак**

**15.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход, гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 297 | Запеканка «Царская»  с молоком сгущенным | 143/10 | 55-07 | 23,52 | 11,16 | 33,09 | 326,79 |
| 628 | Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,4 | - | 15,05 | 57,98 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 2,32 | 0,27 | 21,44 | 92,5 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 26,24 | 11,43 | 69,58 | 477,27 |

**16.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 320 | Минтай, запеченный  в сметанном соусе с сыром | 56.30 | 31-35 | 16,45 | 5,78 | 2,38 | 120,69 |
| 472 | Пюре картофельное | 180 | 24-10 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 628 | Чай с сахаром | 200 | 1-58 | 0,4 | - | 15,05 | 57,98 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 27 | 2-97 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **60-00** | 22,81 | 11,92 | 58,62 | 426,54 |

**17.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 376 | Поджарка из свинины | 42.15 | 34-70 | 13,44 | 14,41 | 7,06 | 200,34 |
| 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** | 26,05 | 27,66 | 82,73 | 655,19 |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник: