«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

  **ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

 **М е н ю**

Столовая школы на 20 декабря 2021 г.

 **Горячий завтрак с 1 по 4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра кабачковая (подгарнировка) | 48 | 10-11 | 1,2 | 0,2 | 2,9 | 23,8 |
| 444 | Фрикасе из курицы | 100 | 69-89 | 27,94 | 31,97 | 4,65 | 385,35 |
| 465 | Рис отварной | 180 | 19-66 | 4,66 | 6,2 | 48,5 | 272,4 |
| 629 | Чай с лимоном  | 200.7 | 4-50 | 0,46 | - | 15,26 | 68,15 |
|  | Апельсин | 220 | 41-47 | 0,7 | 0,5 | 18,5 | 84,6 |
|  | Йогурт в индивидуальной упаковке | 95 | 20-28 | 4,1 | 2,5 | 11,5 | 95 |
|  | Кондитерское изделие шоколад | 50 | 39-83 | 5,0 | 14,0 | 33,0 | 274,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 38 | 4-26 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 46,34 | 55,64 | 149,22 | 1271,1 |

 **Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 24 | Салат из свежей капусты | 50 | 8-23 | 0,05 | 3,55 | 21 | 61,45 |
| 157 | Солянка из птицы со сметаной  | 14/250/10 | 26-26 | 14,78 | 13,2 | 5,51 | 193,75 |
| 416 | Котлета мясная рубленая с соусом | 75/30 | 41-21 | 11,55 | 20,9 | 13,1 | 287 |
| 469 | Макаронные изделия отварные  | 180 | 12-69 | 3,5 | 4,1 | 23,5 | 145,67 |
| 642 | Какао с молоком  | 200 | 14-51 | 4,9 | 5,0 | 32,5 | 190 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 60 | 6-70 | 6,84 | 0,81 | 29,82 | 155,6 |
|  | **Итого:** |  | **109-60** | 41,62 | 47,56 | 125,43 | 1033,47 |

 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 20 декабря 2021г.

**Горячий завтрак с 5 по 11 класс**

**20.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Кукуруза консервированная(подгарнировка) | 63 | 20-00 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 444 | Фрикасе из курицы | 52 | 32-49 | 18,16 | 20,8 | 3,02 | 250,48 |
| 465 | Рис отварной | 180 | 19-66 | 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** | 26,96 | 27,27 | 85,19 | 686,63 |

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 20 декабря 2021г.

 **Горячий завтрак**

**20.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 444 | Фрикасе из курицы | 52 | 32-49 | 18,16 | 20,8 | 3,02 | 250,48 |
| 465 | Рис отварной | 180 | 19-66 | 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 |

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 20 по 24 декабря 2021г.

 **Экспресс завтрак**

**20.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Макароны отварные | 104 | 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 |

**21.12.2021**

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

**22.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Макароны отварные | 104 | 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 |

**23.12.2021**

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

**24.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **Ккал** |
| Макароны отварные | 104 | 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 20 по 24 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 16-47

Каша гречневая рассыпчатая 150 18-48

Макароны отварные 150 10-60

Картофельное пюре 150 21-67

Капуста тушеная 150 23-60

Соус красный основной 50 4-05

Масло сливочное 10 13-27

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: