«Утверждаю» Согласовано

ИП Яркова Н.В. Директор МАОУ Вагайская СОШ

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

  **ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

 **М е н ю**

Столовая школы на 21 декабря 2021 г.

 **Горячий завтрак с 1 по 4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Зеленый горошек консервированный(подгарнировка) | 24 | 7-80 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 416528 | Котлета мясная рубленая  с соусом красным основным | 100.30 | 53-31 | 16,73 | 17,92 | 19,26 | 287,01 |
| 469 | Макароны отварные  | 180 | 12-69 | 6,61 | 5,36 | 42,51 | 248,43 |
| 585 | Компот из смородины  | 200 | 10-20 | 0,2 | - | 21,42 | 83,6 |
|  | Мандарин | 150 | 35-10 | 0,6 | 0,0 | 13,3 | 57,0 |
|  | Коктейль молочный | 500 | 87-10 | 19,9 | 18,9 | 76,3 | 501,4 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 34 | 3-80 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 47,72 | 42,45 | 191,2 | 1273,04 |

 **Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра кабачковая (подгарнировка) | 35 | 7-48 | 0,05 | 3,55 | 21 | 20,0 |
| 132 | Суп из овощей со свининой  со сметаной | 10/250/10 | 23-48 | 5,31 | 4,97 | 12,35 | 117,23 |
| 444 | Гуляш из свинины | 50/25 | 38-03 | 11,835 | 10,29 | 0,305 | 234 |
| 463 | Каша рассыпчатая гречневая  | 180 | 22-21 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 380 |
| 588 | Компот из кураги | 200 | 15-05 | 1,04 | 0,06 | 30,16 | 119,49 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 30 | 3-35 | 6,84 | 0,81 | 29,82 | 77,8 |
|  | **Итого:**  |  | **109-60** | 33,77 | 27,48 | 136,23 | 989,97 |

 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 22 декабря 2021 г.

 **Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из морской капусты | 70 | 15-57 | 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 | 22-21 | 10,13 | 12,98 | 50,74 | 348,06 |
| 628 | Чай с сахаром  | 200.10 | 1-58 | 0,2 | - | 10,02 | 38,99 |
|  | Яблоко | 250 | 38-94 | 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 |
|  | Батончик Джет | 42 | 10-79 | 0,84 | 9,66 | 28,14 | 203,7 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный. | 30 | 3-35 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 42,67 | 54,12 | 161,49 | 1404,48 |

 **Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат «Артамоша» | 100 | 26-10 | 1,2 | 0,2 | 2,9 | 17,0 |
| 151 | Суп лапша домашняя с курицей | 13/250 | 18-74 | 4,91 | 5,77 | 16,5 | 194 |
| 394 | Жаркое по-домашнему из свинины  | 200 | 51-28 | 17,72 | 9,72 | 21,53 | 233,71 |
| 652 | Компот из шиповника  | 200 | 10-91 | 0,4 | 0,00 | 23,6 | 67 |
|  | Хлеб «Славянский» ржаной | 30 | 2-57 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **109-60** | 26,51 | 15,96 | 79,44 | 579,51 |

 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 23 декабря 2021 г.

 **Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Кукуруза консервированная(подгарнировка) | 59 | 18-61 | 0,96 | 0,45 | 7,17 | 36,0 |
| 416528 | Биточки куриные с соусом(грудка куриная)  | 100.30 | 52-89 | 16,73 | 17,92 | 19,26 | 287,01 |
| 472 | Картофельное пюре  | 180 | 25-96 | 3,68 | 5,87 | 26,28 | 180,07 |
| 642 | Кофейный напиток  | 200 | 13-77 | 2,67 | 4,2 | 23,63 | 123,49 |
|  | Мандарин | 150 | 35-10 | 0,6 | 0,0 | 13,3 | 57,0 |
|  | Коктейль молочный  | 200 | 36-27 | 6,8 | 8,4 | 16,8 | 168,0 |
|  | Булочка ванильная | 100 | 23-40 | 7,9 | 8,5 | 58,1 | 343,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 36 | 4-00 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 41,62 | 45,61 | 179,45 | 1262,37 |

 **Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат «Ералаш» | 50 | 5-44 | 0,5 | 3,55 | 3,7 | 30,75 |
| 129 | Рассольник Ленинградскийсо свининой и сметаной | 10/250/10 | 26-70 | 6,39 | 7,07 | 21,01 | 152,23 |
| 387 | Поджарка из свинины | 54/15 | 43-22 | 10,5 | 8,3 | 2,4 | 158,75 |
| 472 | Картофельное пюре | 180 | 25-96 | 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 24 декабря 2021 г.

 **Горячий завтрак**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Зеленый горошек консервированный(подгарнировка) | 47 | 15-09 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 403 | Плов из курицы  | 250 | 56-26 | 18,83 | 24,29 | 56,49 | 507,24 |
| 585 | Компот из шиповника  | 200 | 10-91 | 0,8 | - | 29,96 | 120 |
|  | Апельсин | 220 | 41-47 | 0,7 | 0,5 | 18,5 | 84,6 |
|  | Батончик шоколадный | 80 | 62-53 | 8,0 | 22,4 | 52,8 | 438,4 |
|  | Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 18-85 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 90,0 |
|  | Хлеб «Рябинушка» йодированный | 44 | 4-89 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | **Итого:** |  | **210-00** | 32,41 | 47,46 | 198,16 | 1335,84 |

 **Горячий обед**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 61 | Винегрет овощной (подгарнировка) | 40 | 7-84 | 2,27 | 4,36 | 5,82 | 49,6 |
| 120 | Щи из свежей капусты со свининой и сметаной  | 10/250/10 | 22-51 | 5,79 | 7,77 | 11,21 | 138,31 |
| 449 | Плов из говядины | 200 | 65-95 | 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 20 по 24 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 |

**21.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Зеленый горошек консервированный(подгарнировка) | 62 | 20-00 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 416528 | Котлета мясная рубленая  с соусом красным основным | 62.30 | 33-76 | 12,5 | 14,1 | 15,2 | 215,2 |
| 469 | Макароны отварные  | 180 | 12-69 | 6,61 | 5,36 | 42,51 | 248,43 |
| 628 | 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** | 22,99 | 19,73 | 97,54 | 642,83 |

**22.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Икра кабачковая | 95 | 20-00 | 1,43 | 5,0 | 6,89 | 78,38 |
| 401 | Гуляш из свинины | 43.25 | 32-86 | 16,5 | 18,2 | 8,55 | 248,6 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 22-21 | 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** | 30,54 | 36,45 | 91,11 | 781,83 |

**23.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Зеленый горошек консервированный(подгарнировка) | 62 | 20-00 | 1,4 | 0,0 | 3,5 | 27,8 |
| 416528 | Биточки куриные с соусом(грудка куриная)  | 53.30 | 29-11 | 8,9 | 10,0 | 9,63 | 150,0 |
| 472 | Картофельное пюре  | 180 | 25-96 | 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** | 16,46 | 16,14 | 64,36 | 464,66 |

**24.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
|  | Салат из морской капустыпромышленного производства | 90 | 20-00 | 0,7 | 3,5 | 3,7 | 53,0 |
| 403 | Плов из курицы  | 248 | 55-07 | 18,83 | 24,29 | 56,49 | 507,24 |
| 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** | 22,01 | 28,09 | 85,12 | 667,03 |

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.

 **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 |

**21.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 416528 | Котлета мясная рубленая  с соусом красным основным | 62.30 | 33-76 | 12,5 | 14,1 | 15,2 | 215,2 |
| 469 | Макароны отварные  | 180 | 12-69 | 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** | 21,59 | 19,73 | 94,04 | 615,03 |

**22.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 401 | Гуляш из свинины | 43.25 | 32-86 | 16,5 | 18,2 | 8,55 | 248,6 |
| 463 | Гречка рассыпчатая | 180 | 22-21 | 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** | 29,11 | 31,45 | 84,22 | 703,45 |

**23.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 416528 | Биточки куриные с соусом(грудка куриная)  | 53.30 | 29-11 | 8,9 | 10,0 | 9,63 | 150,0 |
| 472 | Картофельное пюре  | 180 | 25-96 | 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** | 15,06 | 16,14 | 60,84 | 436,86 |

**24.12.2021**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование блюда** | **Выход,гр** | **Цена** | **Белки** | **Жиры** | **Углев** | **ЭЦ,ккал** |
| 403 | Плов из курицы  | 248 | 55-07 | 18,83 | 24,29 | 56,49 | 507,24 |
| 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** | 21,31 | 24,59 | 81,42 | 614,03 |

Зав. производством:

 Калькулятор:

 Соц. педагог:

Мед. работник: