

МУП "Комбинат школьного питания"  
Столовая МБОУ СШ № 1



Директор: *Машкина*

МЕНЮ на 2023-2024г.  
(7 - 11 лет)

Неделя: 3 День: 15

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

| Раздел меню | № рец. | Наименование блюда  | Вес блюда(г) | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Калорийность(ккал) | Цена руб.коп. |
|-------------|--------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|
| гор.блюдо   | 204/М  | Макароны отварные с сыром ,150/20                         | 170          | 11,5         | 13,5         | 29           | 284                | 48,5          |
| гор.блюдо   | 398/М  | Блинчики с джемом   | 100          | 6,61         | 7,17         | 44,16        | 267,92             | 50,7          |
| гор.напиток | 382/М  | Какао на молоке   | 200          | 3,87         | 3,1          | 16,19        | 109,45             | 33,41         |
| хлеб        | 14/М   | Хлеб пшеничный 5,76 руб, масло сливочное 21,70 руб, 40/10 | 50           | 3,24         | 7,65         | 19,45        | 160,1              | 27,46         |
|             |        | <b>Итого:</b>   | <b>520</b>   | <b>25,22</b> | <b>31,42</b> | <b>108,8</b> | <b>821,47</b>      | <b>160,07</b> |

**Обед**

|            |       |   |            |              |              |              |            |               |
|------------|-------|---|------------|--------------|--------------|--------------|------------|---------------|
| закуска    | 49/М  | Салат витаминный/2 вариант/                                 | 60         | 1,26         | 5,11         | 3,76         | 66,19      | 20,76         |
| 1 блюдо    | 96/М  | Рассольник ленинградский(крупа перловая) с говядиной,200/10 | 210        | 3,86         | 7,78         | 13,73        | 135,89     | 45,94         |
| 2 блюдо    | 245/М | Бефстроганов из куриного филе                               | 90         | 14,12        | 14,22        | 5,43         | 203,99     | 92,08         |
| гарнир     | 171/М | Каша гречневая рассыпчатая                                  | 150        | 6,96         | 4,72         | 31,46        | 195,84     | 24,97         |
| напиток    | 342/М | Морс из брусники  | 200        | 0,14         | 0,1          | 12,62        | 53,09      | 19,26         |
| хлеб бел.  |       | Хлеб пшеничный  | 20         | 1,58         | 0,2          | 9,66         | 47         | 2,88          |
| хлеб черн. |       | Хлеб ржано-пшеничный  | 50         | 3,3          | 0,6          | 19,82        | 99         | 6             |
|            |       | <b>Итого:</b>   | <b>780</b> | <b>31,22</b> | <b>32,73</b> | <b>96,48</b> | <b>801</b> | <b>211,89</b> |

Директор: *Машкина*

Зав. производством: *Машкина*

Бухгалтер: *Машкина*

МУП "Комбинат школьного питания"  
 Столовая МБОУ СШ № 1



Утверждаю:  
 директор МБОУ СШ № 1  
*А. Машикина*

**МЕНЮ**

Неделя: 3 День: 15

(12 лет и старше)

**Завтрак (Полдник для 2 смены)**

| Раздел меню | № рец. | Наименование блюда  | Вес блюда(г) | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Калорийно ст(ккал) | Цена руб.коп. |
|-------------|--------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|
| гор.блюдо   | 204/М  | Макароны отварные с сыром                                 | 200          | 13,5         | 15,9         | 34,1         | 334,1              | 53,18         |
| гор.блюдо   | 398/М  | Блинчики с джемом   | 100          | 6,61         | 7,17         | 44,16        | 267,92             | 50,7          |
| гор.напиток | 382/М  | Какао на молоке   | 200          | 3,87         | 3,1          | 16,19        | 109,45             | 33,41         |
| хлеб        | 14/М   | Хлеб пшеничный 5,76 руб, масло сливочное 21,70 руб, 40/10 | 50           | 3,24         | 7,65         | 19,45        | 160,1              | 27,46         |
|             |        | <b>Итого:</b>   | <b>550</b>   | <b>27,22</b> | <b>33,82</b> | <b>113,9</b> | <b>871,57</b>      | <b>164,75</b> |

**Обед**

|            |       |   |            |              |              |               |               |               |
|------------|-------|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| закуска    | 49/М  | Салат витаминный/2 вариант/                                   | 100        | 2,1          | 5,18         | 7,77          | 86,35         | 34,6          |
| 1 блюдо    | 96/М  | Рассольник ленинградский (крупа перловая) с говядиной, 250/10 | 260        | 4,32         | 9,11         | 17,13         | 163,37        | 51,68         |
| 2 блюдо    | 245/М | Бефстроганов из куриного филе                                 | 100        | 15,69        | 15,8         | 6,03          | 226,66        | 102,31        |
| гарнир     | 171/М | Каша гречневая рассыпчатая                                    | 180        | 8,1          | 5,74         | 36,61         | 230,17        | 29,96         |
| напиток    | 342/М | Морс из брусники  | 200        | 0,14         | 0,1          | 12,62         | 53,09         | 19,26         |
| хлеб бел.  |       | Хлеб пшеничный  | 30         | 2,37         | 0,3          | 14,49         | 70,5          | 4,32          |
| хлеб черн. |       | Хлеб ржано-пшеничный  | 60         | 3,36         | 0,66         | 29,64         | 118,8         | 7,2           |
|            |       | <b>Итого:</b>   | <b>930</b> | <b>36,08</b> | <b>36,89</b> | <b>124,29</b> | <b>948,94</b> | <b>249,33</b> |

Директор: *[подпись]*  
 Зав.производством:  
 Бухгалтер: *[подпись]*