

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ


МБОУ "СОШ№ 16 сУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"09" марта 2021 г.

вторник(2-ой день)

№ рецепта	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,3	227,16
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
227	Макаронные изд.отварные	180	6,62	6,35	42,4	253,31
205	Сосиски отв.	70	7,5	16,73	0,28	304,5
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,7	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Итого 75,50		28,25	33,38	157	1164,73
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,3	227,16
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
227	Макаронные изд.отварные	180	6,62	6,35	42,4	253,31
205	Сосиски отв.	70	7,5	16,73	0,28	304,5
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,7	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
293	Сок порционный	200	0	0	40	80
	Итого 84,66		28,25	33,38	197	1244,73
	Комплекс горячего питания об-ся ОБЗ 1-4 кл					
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,3	227,16
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
227	Макаронные изд.отварные	180	6,62	6,35	42,4	253,31
205	Сосиски отв.	70	7,5	16,73	0,28	304,5
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,7	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Йогурт порционный	100	2,4	5,01	16	120
	Итого 104,00		30,65	38,39	173	1284,73

Ответ. Лицо



М.И.Шардина

МЕНЮ

МБОУ "СОШ№ 16 сУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"10" марта 2021 г.

среда (3-й день)

№ рецепта	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
367	Бутерброд с колбасой	30/50	8,61	10,75	16,7	206,08
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	270,22
210	Курица в соусе с томатом	120	34,5	41,62	5,44	534,29
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
89	Яблоко свежее	80	0,32	0,32	8,33	36
	Итого 75,50		51,89	59,19	133	1283,87
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
367	Бутерброд с колбасой	30/50	8,61	10,75	16,7	206,08
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	270,22
210	Курица в соусе с томатом	120	34,5	41,62	5,44	534,29
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
89	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	15,6	67,5
	Итого 84,66		52,17	59,47	141	1315,37
	Комплекс горячего питания об-ся ОВЗ 1-4 кл					
367	Бутерброд с колбасой	30/50	8,61	10,75	16,7	206,08
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	270,22
210	Курица в соусе с томатом	120	34,5	41,62	5,44	534,29
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
89	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	15,6	67,5
293	Сок порционный	200	0	0	40	80
	Итого 104,00		52,17	59,47	181	1395,37

Ответ. Лицо



М.И.Шардина

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

МБОУ "СОШ№ 16 СУИОП" с/п "Кыновская ООШ"
 "11" марта 2021 г.
 четверг(4-ый день)

№ рецеп.	Наименование блюд	Выхо д гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
106	Каша манная молочная вязкая	205	6,53	7,03	38,8	244,92
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
64	Борщ с борщевой консерв.заправкоц и с тушеным консервир.мясом со сметаной	250	6,44	7,47	14,4	142,31
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,1	21	89
	Итого 75,50		21,51	14,84	132	720,41
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
106	Каша манная молочная вязкая	205	6,53	7,03	38,8	244,92
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
64	Борщ с борщевой консерв.заправкоц и с тушеным консервир.мясом со сметаной	250	6,44	7,47	14,4	142,31
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,1	21	89
89	Банан	180	2,7	0,18	37,8	160,2
	Итого 84,66		24,21	15,02	170	880,61
	Комплекс горячего питания об-ся ОВЗ 1-4 кл					
106	Каша манная молочная вязкая	205	6,53	7,03	38,8	244,92
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
64	Борщ с борщевой консерв.заправкоц и с тушеным консервир.мясом со сметаной	250	6,44	7,47	14,4	142,31
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,1	21	89
293	Сок порционный	200	0	0	40	80
89	Банан	180	2,7	0,18	37,8	160,2
	Итого 104,00		24,21	15,02	210	960,61

Ответ. Лицо



М.И.Шардина

МЕНЮ

МБОУ "СОШ№ 16 сУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"12" марта 2021 г.

пятница(5-ый день)

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход д гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
114	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,12	6,62	32,6	210,1
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
241	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,1	213,94
189	Котлета мясная п/ф	80	4,4	24	2,4	248
274	Кисель из ягодного концентрата	200	1,6	0	29	116,19
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Итого 75,50		21,46	39,34	150	1036,12
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
114	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,12	6,62	32,6	210,1
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
241	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,1	213,94
189	Котлета мясная п/ф	80	4,4	24	2,4	248
4	Салат из свежей капусты с морковью	100	0,84	5,06	5,32	70,02
274	Кисель из ягодного концентрата	200	1,6	0	29	116,19
480	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,1	21	89
	Итого 84,66		24,2	44,1	151	1077,64
	Комплекс горячего питания об-ся ОВЗ 1-4 кл					
114	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,12	6,62	32,6	210,1
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
241	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,1	213,94
189	Котлета мясная п/ф	80	4,4	24	2,4	248
274	Кисель из ягодного концентрата	200	1,6	0	29	116,19
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Йогурт порционный	100	2,4	5,01	16	120
	Итого 104,00		23,86	44,35	166	1156,12