

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

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

С 26 по 30 Апреля 2021 г.

Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл(75,50)

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
<i>понедельник 26 апреля 2021г.</i>						
219	Каша гречневая рассыпчатая с масл.	150	7,8	10,9	25,9	197,5
35	Тефтели мясн.п/ф в т/с	110	9,16	13,53	9,44	196,14
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,65	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	7,67	0	1,33	36
50	Нарезка из св.огурцов	60	0,66	0,12	2,28	13,2
	Итого	570	27,3	26,94	64,6	574,71
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
<i>вторник 27 апреля 2021г.</i>						
22	Салат из св. помидор	60	0,6	6,1	2,76	68,34
241	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55
205	Сосиска отварная	70	7,5	16,73	0,28	181,69
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,89	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	560	15,56	30,1	82,21	661,97
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
<i>среда 28 апреля 2021г.</i>						
366	Сыр (порциями)	30	6,96	8,85	0	109,2
227	Макаронные изд.отварные с маслом	150	5,52	5,29	35,32	210,97
164	Рыба жарен.	120	21,71	18,67	5,58	277,19
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	550	37,26	32,81	79,27	763,12
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
<i>четверг 29 апреля 2021г.</i>						
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,29	227,16
340	Шанешка с картофелем	60	2,01	2,5	8,5	51,2
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,89	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
89	Яблоко	150	0,72	0,72	18,72	84,24
	Итого	665	12,4	10,49	112,73	581,99
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
<i>пятница 30 апреля 2021г.</i>						
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	266,74
212	Кура отварная с соусом	120	18,22	18,22	0,97	242,68
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	550	25,95	24,32	87,64	675,18
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
	Итого в среднем за 5 дней	579	23,694	24,932	85,29	651,394
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5

Ответ. Лицо

Шардина

М.И.Шардина

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

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

С 26 по 30 Апреля 2021 г.

Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл(84,66)

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
<i>понедельник 26 апреля 2021г.</i>						
219	Каша гречневая рассыпчатая с масл.	180	9,36	13,08	31,08	279,48
35	Тефтели мясн.п/ф в т/с	110	9,16	13,53	9,44	196,14
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,65	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	7,67	0	1,33	36
50	Нарезка из св.огурцов	60	0,66	0,12	2,28	13,2
	Итого	600	28,86	29,12	69,78	656,69
	Норма	550	22,5	23	95,75	680
<i>вторник 27 апреля 2021г.</i>						
22	Салат из св. помидор	60	0,6	6,1	2,76	68,34
241	Картофельное пюре	220	4,68	8,88	34,16	235,28
205	Сосиска отварная	70	7,5	16,73	0,28	181,69
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,89	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	600	16,41	31,71	88,42	704,7
	Норма	550	22,5	23	95,75	680
<i>среда 28 апреля 2021г.</i>						
366	Сыр (порциями)	40	9,28	11,8	0	145,6
227	Макаронные изд.отварные с маслом	150	5,52	5,29	35,32	210,97
164	Рыба жарен.	120	21,71	18,67	5,58	277,19
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	560	39,58	35,76	79,27	799,52
	Норма	550	22,5	23	95,75	680
<i>четверг 29 апреля 2021г.</i>						
112	Каша пшеничная молочная	205	6,04	7,27	34,29	227,16
340	Шанешка с картофелем	60	2,01	2,5	8,5	51,2
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,89	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
89	Яблоко	200	0,96	0,96	24,96	112,32
	Итого	715	12,64	10,73	118,97	610,07
	Норма	550	22,5	23	95,75	680
<i>пятница 30 апреля 2021г.</i>						
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	266,74
212	Кура отварная с соусом	120	18,22	18,22	0,97	242,68
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Кондитерское изделие	40	1,8	6,8	20,8	152
	Итого	590	27,75	31,12	108,44	827,18
	Норма	550	22,5	23	95,75	680
	Итого в среднем за 5 дней	613	25,048	27,688	92,976	719,632
	Норма	550	22,5	23	95,75	680

Ответ. Лицо

Сул

М.И.Шардина

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

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

С 26 по 30 Апреля 2021 г.

Комплекс горячего питания об-ся ОБЗ 1-4 кл(104,00)

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
<i>понедельник 26 апреля 2021г.</i>						
219	Каша гречневая рассыпчатая с масл.	150	7,8	10,9	25,9	197,5
35	Тефтели мясн.п/ф в т/с	110	9,16	13,53	9,44	196,14
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,65	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	7,67	0	1,33	36
50	Нарезка из св.огурцов	60	0,66	0,12	2,28	13,2
	Итого	570	27,3	26,94	64,6	574,71
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
	Йогурт порционный	100	2,4	5,01	16	120
<i>вторник 27 апреля 2021г.</i>						
22	Салат из св. помидор	60	0,6	6,1	2,76	68,34
241	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55
205	Сосиска отварная	70	7,5	16,73	0,28	181,69
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,89	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	560	15,56	30,1	82,21	661,97
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
	Сок порционный	200	0	0	40	80
	Шоколадный батончик	40	1	9,2	26,8	196
<i>среда 28 апреля 2021г.</i>						
366	Сыр (порциями)	30	6,96	8,85	0	109,2
227	Макаронные изд.отварные с маслом	150	5,52	5,29	35,32	210,97
164	Рыба жарен.	120	21,71	18,67	5,58	277,19
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	550	37,26	32,81	79,27	763,12
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
89	Яблоко	170	0,82	0,82	21,22	91,8
<i>четверг 29 апреля 2021г.</i>						
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,29	227,16
340	Шанешка с картофелем	60	2,01	2,5	8,5	51,2
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,89	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
89	Яблоко	200	0,96	0,96	24,96	112,32
	Итого	715	12,64	10,73	118,97	610,07
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
	Кондитерское изделие	60	2,7	10,2	31,2	228
<i>пятница 30 апреля 2021г.</i>						
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	266,74
212	Кура отварная с соусом	120	18,22	18,22	0,97	242,68
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16
480	Хлеб пшеничный	50	3,07	0	23,33	105,6
	Итого	550	25,95	24,32	87,64	675,18
	Норма	500	19,25	19,75	83,75	587,5
89	Банан	150	2,25	0,15	31,5	136,35

Ответ. Лицо

М.И.Шардина