

"Согласовано"

"Утверждаю"

ИПТ ВЕКШИНА АННА АНАТОЛЬЕВНА

Меню на 27.02.2024 года

Подразделение: МЕНЮ МАОУ СОШ № 64 12-18 ЛЕТ

| Наименование блюда | Выход | Калории |
|--------------------|-------|---------|
|--------------------|-------|---------|

**Завтрак № 1**

|                                |        |     |
|--------------------------------|--------|-----|
| САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ  | 100    | 98  |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 140    | 343 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ              | 180    | 176 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                  | 200    | 53  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.           | 30     | 70  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20     | 38  |
| СУММА:                         | 115,00 | 778 |

**Завтрак №2**

|                            |        |     |
|----------------------------|--------|-----|
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ          | 200    | 375 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ              | 200    | 53  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ              | 180    | 80  |
| СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ) | 10     | 38  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.       | 30     | 70  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 20     | 38  |
| СУММА:                     | 115,00 | 654 |

**Обед № 1**

|                               |        |     |
|-------------------------------|--------|-----|
| САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ | 100    | 98  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ   | 250    | 92  |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                 | 280    | 451 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ     | 200    | 64  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.          | 50     | 117 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                   | 20     | 38  |
| СУММА:                        | 135,00 | 860 |

Зав. производством

Калькулятор

"Согласно"

"Утверждаю"

ИПТ ВЕКШИНА АННА АНАТОЛЬЕВНА

Меню на 27.02.2024 года

Подразделение: МЕНЮ МАОУ СОШ № 64 12-18 ЛЕТ

| Наименование блюда | Выход | Калории |
|--------------------|-------|---------|
|--------------------|-------|---------|

Завтрак № 1

|                                |     |     |
|--------------------------------|-----|-----|
| САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ  | 100 | 98  |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 140 | 343 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ              | 180 | 176 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                  | 200 | 53  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.           | 30  | 70  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20  | 38  |

СУММА: 107,93 778

Завтрак №2

|                            |     |     |
|----------------------------|-----|-----|
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ          | 200 | 375 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ              | 200 | 53  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ              | 180 | 80  |
| СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ) | 10  | 38  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.       | 30  | 70  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 20  | 38  |

СУММА: 107,93 654

Обед № 1

|                               |     |     |
|-------------------------------|-----|-----|
| САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ | 100 | 98  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ   | 250 | 92  |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                 | 280 | 451 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ     | 200 | 64  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.          | 50  | 117 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                   | 20  | 38  |

СУММА: 107,93 860

Зав. производством

Калькулятор

ООО "Май-М"

МАОУ "СОШ №64"

Директор

/Ардашева Е.С./

Директор

/Смирнова Л.В./

## Примерное меню ОСЕНЬ-ЗИМА 12-18 лет

Подразделение: 2) МЕНЮ ОСЕНЬ-ЗИМА Вариант №3 (12-18 ЛЕТ)

| Наименование блюда                 | Выход      | № рец. | Б, г         | Ж, г         | У, г          | К, ккал    | Цена          |
|------------------------------------|------------|--------|--------------|--------------|---------------|------------|---------------|
| <b>Меню на 27.02.2024 (День 8)</b> |            |        |              |              |               |            |               |
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>              |            |        |              |              |               |            |               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(1-й ВАРИАНТ)     | 45         | 63/18  | 6,67         | 9,50         | 9,88          | 152        |               |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ(220)     | 220        | 283/18 | 39,45        | 13,79        | 43,37         | 455        |               |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ(50)               | 50         | 471/18 | 3,60         | 4,25         | 28,00         | 165        |               |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                      | 207        | 459/18 | 0,06         | 0,01         | 10,20         | 41         |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)                 | 40         | 108/13 | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 94         |               |
| <b>ИТОГО:</b>                      | <b>562</b> |        | <b>52,82</b> | <b>27,87</b> | <b>111,13</b> | <b>907</b> | <b>107,93</b> |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                 |            |        |              |              |               |            |               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК           | 100        | 22/18  | 0,94         | 6,18         | 7,39          | 89         |               |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(СО СМЕТАНОЙ)250/10   | 260        | 117/18 | 2,14         | 7,25         | 11,65         | 120        |               |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ     | 100        | 356/18 | 19,21        | 15,71        | 5,11          | 239        |               |
| РИС ОТАРНОЙ С ОВОЩАМИ(205)         | 205        | 211/18 | 5,03         | 5,67         | 50,82         | 274        |               |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА               | 200        | 496/18 | 0,32         | 0,00         | 12,78         | 50         |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)                 | 40         | 108/13 | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 94         |               |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ(40)                    | 40         | 109/13 | 2,64         | 0,48         | 13,60         | 69         |               |
| <b>ИТОГО:</b>                      | <b>945</b> |        | <b>33,32</b> | <b>35,61</b> | <b>121,03</b> | <b>935</b> | <b>107,93</b> |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>              |            |        |              |              |               |            |               |
| БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ(100)              | 100        | 543/18 | 7,48         | 16,03        | 58,38         | 408        |               |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР 250)  | 250        | 470/18 | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125        |               |
| <b>ИТОГО:</b>                      | <b>350</b> |        | <b>14,73</b> | <b>22,28</b> | <b>68,38</b>  | <b>533</b> | <b>0,00</b>   |

Зав.производством

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Май-М"

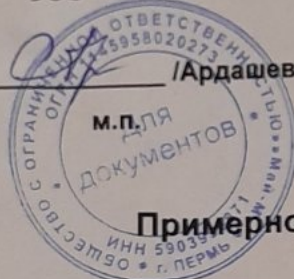
МАОУ "СОШ №64"

Директор

/Ардашева Е.С./

Директор

/Смирнова Л.В./



## Примерное меню ОСЕНЬ-ЗИМА 7-11 лет

Подразделение: 1) МЕНЮ ОСЕНЬ-ЗИМА Вариан №3 (7-11 ЛЕТ)

| Наименование блюда                 | Выход      | № рец. | Б, г         | Ж, г         | У, г         | К, ккал    | Цена         |
|------------------------------------|------------|--------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| <b>Меню на 27.02.2024 (День 8)</b> |            |        |              |              |              |            |              |
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>              |            |        |              |              |              |            |              |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(1-й ВАРИАНТ)     | 45         | 63/18  | 6,67         | 9,50         | 9,88         | 152        |              |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ(200)     | 200        | 283/18 | 35,85        | 12,49        | 39,39        | 413        |              |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ(30)               | 30         | 471/18 | 2,16         | 2,55         | 16,80        | 99         |              |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                      | 207        | 459/18 | 0,06         | 0,01         | 10,20        | 41         |              |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)                 | 30         | 108/13 | 2,28         | 0,24         | 14,76        | 70         |              |
| <b>ИТОГО:</b>                      | <b>512</b> |        | <b>47,02</b> | <b>24,79</b> | <b>91,03</b> | <b>775</b> | <b>96,26</b> |

|                                    |            |        |              |              |               |            |              |
|------------------------------------|------------|--------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|
| <b><u>ОБЕД</u></b>                 |            |        |              |              |               |            |              |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(60)       | 60         | 22/18  | 0,56         | 3,71         | 4,43          | 53         |              |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(СО СМЕТАНОЙ)250/10   | 260        | 117/18 | 2,14         | 7,25         | 11,65         | 120        |              |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ(90) | 90         | 356/18 | 17,29        | 14,14        | 4,60          | 215        |              |
| РИС ОТАРНОЙ С ОВОЩАМИ(150)         | 150        | 211/18 | 3,66         | 4,79         | 37,16         | 206        |              |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА               | 200        | 496/18 | 0,32         | 0,00         | 12,78         | 50         |              |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)                 | 40         | 108/13 | 3,04         | 0,32         | 19,68         | 94         |              |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ(40)                    | 40         | 109/13 | 2,64         | 0,48         | 13,60         | 69         |              |
| <b>ИТОГО:</b>                      | <b>840</b> |        | <b>29,65</b> | <b>30,69</b> | <b>103,90</b> | <b>807</b> | <b>96,26</b> |

|                                   |            |        |              |              |              |            |             |
|-----------------------------------|------------|--------|--------------|--------------|--------------|------------|-------------|
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>             |            |        |              |              |              |            |             |
| БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ(100)             | 100        | 543/18 | 7,48         | 16,03        | 58,38        | 408        |             |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР 200) | 200        | 470/18 | 5,80         | 5,00         | 8,00         | 100        |             |
| <b>ИТОГО:</b>                     | <b>300</b> |        | <b>13,28</b> | <b>21,03</b> | <b>66,38</b> | <b>508</b> | <b>0,00</b> |

Зав.производством