

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Май-М"

МАОУ "СОШ №64"

Директор

Ардашева Е.С./

Директор

Смирнова Л.В./

м.п.



Примерное меню ВЕСНА - ЛЕТО 12-18 лет

Подразделение: Примерное меню ВЕСНА-ЛЕТО(12-18лет)Вариант 3

Наименование блюда	Выход	№ рец.	Б, г	Ж, г	У, г	К,ккал	Цена
--------------------	-------	--------	------	------	------	--------	------

Меню на 05.03.24 День 2

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ(1-Й ВАРИАНТ)	40	66/18	5,64	7,64	9,87	131	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ(220)	280	279/18	45,23	19,14	62,57	603	
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	
ИТОГО:	567		53,97	27,11	102,32	869	107,93

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(100)	100	26/18	1,44	6,09	8,45	94	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	144/13	5,65	4,81	22,42	152	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(280)	280	375/18	27,93	26,11	47,99	539	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	494/18	0,44	0,02	21,78	89	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)	40	108/13	3,04	0,32	19,68	94	
ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	109/13	1,98	0,36	10,20	52	
ИТОГО:	870		40,48	37,71	130,52	1020	107,93

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ(100)	100	542/18	7,53	14,40	59,30	397	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР 250)	250	470/18	7,25	6,25	10,00	125	
ИТОГО:	350		14,78	20,65	69,30	522	0,00

Зав.производством

"Согласовано"

"Вверяю"

ИП ВЕКШИНА АННА АНАТОЛЬЕВНА

Меню 05.03.2024 года

Подразделение: МЕНЮ МАОУ СОШ № 64 12-18 ЛЕТ

Наименование блюда

Выход

Калории

Завтрак № 1

ИКРА МОРКОВНАЯ	100	116
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	149
РИС С ОВОЩАМИ	180	267
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	107,93	733

Завтрак №2

КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	217
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	93
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	203
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	180	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	107,93	701

Обед № 1

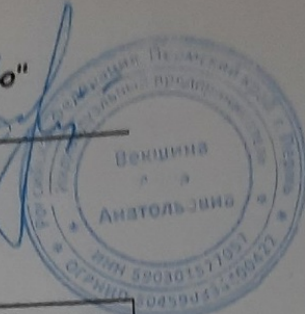
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	116
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	143
КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ	100	245
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	94
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	107,93	825

Зав. производством

Калькулятор

"Согласовано"

"тверждено"



ИП ВЕКШИНА АННА АНАТОЛЬЕВНА

Меню 05.03.2024 года

Подразделение: МЕНЮ МАОУ СОШ № 64 7-11 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	Калории
Завтрак № 1		
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	70
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	134
РИС С ОВОЩАМИ	150	222
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	96,26	628

Завтрак №2		
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	217
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	93
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	203
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	96,26	687

Обед № 1		
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	70
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	155
КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ	90	213
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	217
КОМПОТ ИЗ АТЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	50	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	96,26	891

Зав. производством

[Handwritten signature]

/

Калькулятор

[Handwritten signature]

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"

ООО "Май-М"

МАОУ "СОШ №64"

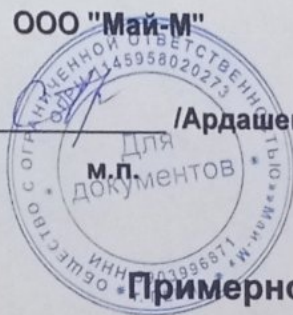
Директор

/Ардашева Е.С./

Директор

/Смирнова Л.В./

м.п.



Примерное меню ВЕСНА - ЛЕТО 7-11 лет

Подразделение: Примерное меню ВЕСНА-ЛЕТО(7-11лет)Вариант 3

Наименование блюда	Выход	№ рец.	Б, г	Ж, г	У, г	К,ккал	Цена
--------------------	-------	--------	------	------	------	--------	------

Меню на 05.03.24 День 2

ЗАВТРАК

БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТЫ(1-Й ВАРИАНТ)	40	66/18	5,64	7,64	9,87	131	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ(200)	230	279/18	45,68	18,09	52,99	558	
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	
ИТОГО:	517		54,42	26,06	92,74	824	96,26

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(60)	60	26/18	0,86	3,65	5,07	57	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(200)	200	144/13	4,52	3,84	17,93	122	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(240)	240	375/18	26,82	25,10	46,10	518	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	494/18	0,44	0,02	21,78	89	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)	40	108/13	3,04	0,32	19,68	94	
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	109/13	1,32	0,24	6,80	35	
ИТОГО:	760		37,00	33,17	117,36	915	96,26

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ(100)	100	542/18	7,53	14,40	59,30	397	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР 200)	200	470/18	5,80	5,00	8,00	100	
ИТОГО:	300		13,33	19,40	67,30	497	0,00

Зав.производством