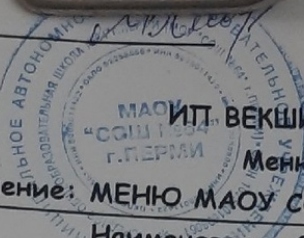


"Согласовано"

"Утверждаю"



ИП. ВЕКШИНА АННА АНАТОЛЬЕВНА

Меню на 27.03.2024 года

Подразделение: МЕНЮ МАОУ СОШ № 64 12-18 ЛЕТ

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

Завтрак № 1

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ С СОУСОМ	150/50	345
КАКАО С МОЛОКОМ	200	99
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	180	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	38
СУММА:	107,93	632

Завтрак №2

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	100	113
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ	100	213
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	88
КАКАО С МОЛОКОМ	200	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	38
СУММА:	107,93	621

Обед № 1

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	100	113
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	270	117
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	149
РИС ОТВАРНОЙ	180	274
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	50	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	38
СУММА:	107,93	879

Зав. производством

Сей

Калькулятор

Сей

Согласовано

Утверждаю

ИП ВЕКШИНА АННА АНАТОЛЬЕВНА

Меню на 27.03.2024 года

Подразделение: МЕНЮ МАОУ СОШ № 64 7-11 ЛЕТ

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

Завтрак № 1

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ С СОУСОМ	130/50	400
КАКАО С МОЛОКОМ	200	99
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	96,26	675

Завтрак №2

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	68
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ	90	255
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	73
КАКАО С МОЛОКОМ	200	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	30	70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	96,26	604

Обед № 1

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	68
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	108
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	134
РИС ОТВАРНОЙ	180	274
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	50	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39
СУММА:	96,26	811

Зав. производством

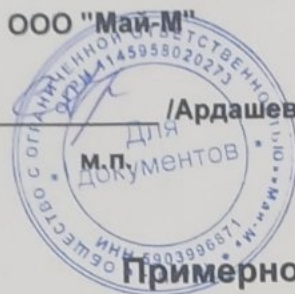
Калькулятор

"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор

/Ардашева Е.С./



"СОГЛАСОВАНО"

МАОУ "СОШ №64"

Директор

/Смирнова Л.В./



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 27.03.24 День 9

ЗАВТРАК

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(60)	60	26/18	0,86	3,65	5,07	57	
КНЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ С(90)	90	338/21	2,23	6,16	6,98	92	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(150)	150	213/18	4,74	5,57	17,62	138	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ	200	467/18	4,39	3,90	19,35	130	
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:	560		16,58	19,84	75,50	546	96,26

ОБЕД

ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ 60)	60	148/18	0,42	0,06	1,14	7	
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ(200/10)	210	98/18	1,98	6,21	13,94	120	
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ(90)	90	304/18	12,72	7,15	6,75	147	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (150)	150	377/18	3,26	6,69	22,31	163	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	495/18	0,44	0,02	21,78	89	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(60)	60	108/13	4,56	0,48	29,52	141	
ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	109/13	1,98	0,36	10,20	52	
ИТОГО:	800		25,36	20,97	105,64	719	96,26

ПОЛДНИК

СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(100)	100	545/18	8,52	6,76	57,78	326	
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(200)	200	501/18	1,00	0,20	0,20	92	
ИТОГО:	300		9,52	6,96	57,98	418	0,00

Зав.производством

"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор

/Ардашева Е.С./

М.П.

"СОГЛАСОВАНО"

МАОУ "СОШ №64"

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 27.03.24 День 9

ЗАВТРАК

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(100)	100	26/18	1,44	6,09	8,45	94	
КНЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ С	100	338/21	2,48	6,84	7,75	102	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(200)	200	213/18	6,33	7,37	23,50	184	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ	200	467/18	4,39	3,90	19,35	130	
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:	670		19,66	24,88	88,93	656	107,93

ОБЕД

ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)	100	148/18	0,70	0,10	1,90	11	
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ(250/10)	260	98/18	2,41	7,26	17,30	144	
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ(100)	100	304/18	14,13	7,93	7,49	164	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (200)	200	377/18	4,36	8,87	29,85	217	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	495/18	0,44	0,02	21,78	89	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(60)	60	108/13	4,56	0,48	29,52	141	
ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	109/13	1,98	0,36	10,20	52	
ИТОГО:	950		28,58	25,02	118,04	818	107,93

ПОЛДНИК

СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(100)	100	545/18	8,52	6,76	57,78	326	
СОКИ ФРУКТОВЫЕ(250)	250	501/18	1,25	0,25	0,25	115	
ИТОГО:	350		9,77	7,01	58,03	441	0,00

Зав.производством

[Подпись]