



# МЕНЮ



УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР

МБОУ «СОШ № 78»

ФЕФИЛОВА И.А.

## ДЛЯ ТЕБЯ ШКОЛЬНИК

ООО "Школьник"

6 МАЯ 2024 Г.

| № рецептуры  |                         | Выход блюда | Белки | Жиры  | Углеводы | энерг. ценность ккалор | Стоимость |
|--|-------------------------|-------------|-------|-------|----------|------------------------|-----------|
| <b>ЗАВТРАК 1-КЛАССЫ</b>  |                         |             |       |       |          |                        |           |
| 294/15/22  | КОТЛЕТА ИЗ ФИЛЕ КУРИННО | 55          | 9,78  | 11,75 | 11,40    | 190,30                 | 36-89     |
| 174/15/22  | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ   | 200/10      | 5,9   | 7,2   | 52,83    | 268                    | 26-23     |
| 1/15/23  | БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ      | 20          | 1,50  | 0,50  | 10,20    | 52,0                   | 2-80      |
| 377/15   | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 200/15/7    | 0,13  | 0,02  | 15,2     | 62                     | 6-08      |
|  |                         | 507         | 17,31 | 19,47 | 89,63    | 572,30                 | 72-00     |
| <b>ОБЕД : 2 - 4 КЛАССЫ :</b>                                       |                         |             |       |       |          |                        |           |
| 52/15  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНО | 60          | 0,84  | 3,61  | 4,96     | 55,68                  | 8-30      |
| 109/04   | СУП ПУШТЫЁ- ШЫД С ОКОР  | 250/12,5    | 10,89 | 6,76  | 16,99    | 184,15                 | 30-20     |
| 205/15/22  | КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВ.     | 150         | 12,54 | 9,35  | 30,6     | 256,65                 | 7-42      |
| 268С/15/2  | ШНИЦЕЛЬ                 | 90          | 13,49 | 13,42 | 11,77    | 224,79                 | 43-86     |
| 344/15/22  | НАПИТОК "ЗДОРОВЬЕ"      | 200         | 0,10  | 0,10  | 23,30    | 91,0                   | 14-82     |
| 1/15/23  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ          | 20          | 1,50  | 0,20  | 9,80     | 46,0                   | 1,80      |
| 1/15/23  | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ          | 20          | 1,3   | 0,2   | 8,2      | 40                     | 1-60      |
|  |                         | 802,5       | 40,66 | 33,64 | 105,62   | 898,27                 | 108-00    |
| <b>КОМПЛЕКС : многодетные, малообеспеченные, трудно-жизненные.</b> |                         |             |       |       |          |                        |           |
| 268с/15/22   | ШНИЦЕЛЬ                 | 90          | 13,49 | 13,42 | 11,77    | 224,79                 | 43-86     |
| 205/15/22  | КАША ПЕРЛОВ. С ОВОЩАМИ  | 150         | 12,54 | 9,35  | 30,60    | 256,65                 | 7-42      |
| 52/15  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАР.  | 85          | 1,19  | 5,11  | 7,03     | 78,88                  | 11-98     |
| 405/15   | БУЛОЧКА ХЛЕБНАЯ         | 50          | 3,48  | 2,33  | 23,97    | 120,7                  | 2-66      |
| 377/15   | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАР.  | 200/15/7    | 0,13  | 0,02  | 15,20    | 62,0                   | 6-08      |
|  |                         | 597         | 30,83 | 30,23 | 88,57    | 743,02                 | 72-00     |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ :

ЕФИМОВА И.В.

КАЛЬКУЛЯТОР :

НАЗАРОВА С.В.



# МЕНЮ



УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР

МБОУ «СОШ № 78»

ФЕФИЛОВА И.А.

*С.И.*

## ДЛЯ ТЕБЯ ШКОЛЬНИК

ООО "Школьник"

6 МАЯ 2024 Г.

| № раскладк                       | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА :    | Выход блюда | Белки | Жиры  | Углево ды | энерг.ц ен.ккало рии | Стоимо сть |
|----------------------------------|-------------------------|-------------|-------|-------|-----------|----------------------|------------|
| <b>КОМПЛЕКС ПЛАТНЫЙ :</b>        |                         |             |       |       |           |                      |            |
| 744/22                           | ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРИННОГО | 50/50       | 24,1  | 11,3  | 11,2      | 245                  | 70-54      |
| 203/15/2                         | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ       | 150         | 4,6   | 3,9   | 24,6      | 189                  | 10-05      |
| 405/15                           | БУЛОЧКА ХЛЕБНАЯ         | 60          | 4,18  | 2,80  | 28,76     | 144,84               | 3-33       |
| 377/15                           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/15/7    | 0,13  | 0,02  | 15,2      | 62                   | 6-08       |
|                                  |                         | 532         | 33,01 | 18,02 | 79,76     | 640,84               | 90-00      |
| <b>КОМПЛЕКС МОЛОЧНЫЙ:</b>        |                         |             |       |       |           |                      |            |
| 174/15                           | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ   | 200/20      | 6     | 10,85 | 52,93     | 334                  | 36-23      |
| 416/04/2                         | ШАНЬГА С СЫРОМ          | 70          | 7,58  | 7,23  | 21,59     | 182,65               | 27-69      |
| 377/15                           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ           | 200/15/7    | 0,13  | 0,02  | 15,2      | 62                   | 6-08       |
|                                  |                         | 512         | 13,71 | 18,1  | 89,72     | 578,65               | 70-00      |
| <b>КОМПЛЕКС ОВЗ: (12-18 ЛЕТ)</b> |                         |             |       |       |           |                      |            |
| <b>завтрак :</b>                 |                         |             |       |       |           |                      |            |
| 294/15/2                         | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ   | 200/10      | 5,9   | 7,2   | 52,83     | 268                  | 26-23      |
| 414/04                           | ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ   | 75          | 3,52  | 1,72  | 21,45     | 117                  | 12-92      |
| 377/15                           | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 200/15/7    | 0,13  | 0,02  | 15,2      | 62                   | 6-08       |
| <b>обед :</b>                    |                         |             |       |       |           |                      |            |
| 52/15                            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ         | 60          | 0,84  | 3,61  | 4,96      | 55,68                | 8-30       |
| 109/04                           | СУП ПУШТЫЁ-ШЫД          | 250         | 3,61  | 3,98  | 16,94     | 129,7                | 18-70      |
| 205/15/2                         | КАША ПЕРЛОВАЯ С ОВОЩАМИ | 150         | 12,54 | 9,35  | 30,6      | 256,65               | 7-42       |
| 268С/15/                         | ШНИЦЕЛЬ                 | 90          | 13,49 | 13,42 | 11,77     | 224,79               | 43-86      |
| 344/15/2                         | НАПИТОК " ЗДОРОВЬЕ "    | 200         | 0,1   | 0,1   | 23,30     | 91,0                 | 14-82      |
| 1/15/23                          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ          | 20          | 1,50  | 0,2   | 9,80      | 46,0                 | 1-84       |
|                                  |                         | 1277        | 41,63 | 39,6  | 186,85    | 1250,82              | 140-17     |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

КАЛЬКУЛЯТОР :

*С.И.*  
*Назарова*

ЕФИМОВА И.В.

НАЗАРОВА С.В.