



МЕНЮ

ДЛЯ ТЕБЯ ШКОЛЬНИК

УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР

МБОУ СОШ № 78

И.А. ФЕФИЛОВА



ООО "Школьник"

21 СЕНТЯБРЯ 2023 Г.

№ раскладк	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА :	Выход блюда	Белки	Жиры	Углево ды	энерг.ц ен.ккало рш	Стоимо сть
КОМПЛЕКС ПЛАТНЫЙ :							
304/15	РИС ОТВАРНОЙ	200	0,08	8,75	40,7	257,5	15-89
401/96	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	15,5	11,1	3,5	202	42-50
24/15/22	САЛАТ ИЗ СВ. ОГУР. И ПОМ.	100	0,95	6,07	3,05	70,6	16-74
348/15/22	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,35	0,07	29,85	122	10-28
405/15	ХЛЕБНАЯ БУЛОЧКА	75	5,22	3,5	36	181,5	4-59
		675	22,1	29,49	113,1	833,6	90-00
КОМПЛЕКС МОЛОЧНЫЙ :							
173/15/22	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧ	200/20	8,39	20,37	37,76	369	32-27
348/15/22	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,35	0,07	29,85	122	10-28
795СМ/04/2	КЕКС БАНАНОВЫЙ	80	4,96	7,15	38,54	238,1	27-45
		500	13,7	27,59	106,2	729,1	70-00
КОМПЛЕКС (многодетные малоимущие; малообеспеченные)							
304/15	РИС ОТВАРНОЙ	200	0,08	8,75	40,7	257,5	15-89
401/96	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	15,5	11,1	3,5	202	42-50
405/15	ХЛЕБНАЯ БУЛОЧКА	40	2,81	1,37	17,16	93,6	2-53
377/15	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	6-08
		562	18,52	21,24	76,56	615,1	67-00
КОМПЛЕКС : трудно-жизненные:							
304/15	РИС ОТВАРНОЙ	150	0,08	8,75	40,7	257,2	11-78
401/96	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	15,5	11,1	3,5	202	42-50
376/15	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	3-68
405/15	ХЛЕБНАЯ БУЛОЧКА	35	2,44	1,63	16,8	84,7	2-04,
		500	18,09	21,5	76	603,9	60-00

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

КАЛЬКУЛЯТОР :

ЕФИМОВА И.В.

НАЗАРОВА С.В.



МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР

МБОУ СОШ № 78

И.А. ФЕФИЛОВА



ДЛЯ ТЕБЯ ШКОЛЬНИК

ООО "Школьник"

21 СЕНТЯБРЯ 2023 Г.

№ рецептуры		Выход блюда	белки	Жиры	Углеводы	энерг. цен.кк	Стоимость
ЗАВТРАК 1 КЛАССЫ :							
223/15/22	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОР.С ПОВИД	100/15	17,6	12,1	26,75	284	48-07
330/15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,58	5,01	20,52	146	9-35
377/15	ЧАЙ С ЛИМОНОМ ИИ САХАРОМ	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	6-08
	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	25	1,88	0,63	12,75	65	3-50
		512	24,2	17,7	75,22	557	67-00
ОБЕД : 2 - 4 КЛАССЫ :							
67/15	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (ОГ.КОНС)	100	1,38	10	6,55	122	13-85
113/15/22	СУП ЛАПША ДОМ.(ОКОРОЧОК)	250/12,5	9,85	8,32	11,67	170	17-87
199/15/22	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,2	5	33,83	232	9-10
401/96	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	15,5	11,1	3,5	202	42-50
348/15/22	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,35	0,07	29,85	122	10-28
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	46	1-80
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	8,2	40	1-60
		852,5	43,1	34,9	103,4	934	97-00
КОМПЛЕКС ОВЗ(10-18лет)							
завтрак:							
173/15/22	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/15	6,79	8,69	34,82	245	26-40
416/15/22	РУЛЕТ С МАКОМ	75	4,3	7,9	24,5	186	10-46
377/15	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	6-08
обед:							
45/15	САЛАТ ИЗ БЕЛОК. КАПУСТЫ	55	0,73	1,79	3,56	33,2	4-97
113/15/22	СУП ЛАПША-ДОМАШНЯЯ ОКОРО	250/12,5	9,85	8,32	11,67	170	17-87
199/15/22	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	13,2	5	33,83	232	9-10
401/96	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	15,5	11,1	3,5	202	42-50
348/15/22	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,35	0,07	29,85	122	10-28
405/15	ХЛЕБНАЯ БУЛОЧКА	50	3,48	2,33	23,97	120,7	2-98
		1279,5	54,3	45,2	180,9	1373	130-64

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ :

ЕФИМОВА И.В.

КАЛЬКУЛЯТОР :

НАЗАРОВА С.В.