

4 день



МЕНЮ
 бесплатного горячего питания для учащихся с 1 по 4 класс
 на 09.11.2023г.

| | раздел | Наименование блюдо | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.це н.(ккал) |
|---------------------------------------|------------------|-----------------------------|--------------|-------------|----------|----------|------|---------------------|
| для учащихся с 7 лет до 11 лет | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| 54-1т* | горячее блюдо | Запеканка из творога | 37-42 | 150 | 29, 7 | 10, 7 | 21,6 | 301,3 |
| Пром. | гастро- номия | Джем фруктовый | 1-79 | 10 | 0,1 | 0 | 7,2 | 29 |
| Пром. | фрукт | Фрукт(мандарин) | 14-85 | 100 | 0,9 | 0,1 | 7,6 | 35 |
| 54-1хн* | 3 блюдо | Компот из смеси сухофруктов | 5-35 | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 |
| 111 с/б 2013** | хлеб | Батон нарезной | 4-59 | 40 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131 |
| | | ИТОГО: | 64-00 | 500 | | | | 577,3 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| 54-28з* | закуска | Свекла отварная дольками | 2-19 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,2 | 25,2 |
| 54-8с* | 1 блюдо | Суп гороховый | 8-30 | 200 | 6,7 | 4,6 | 16,3 | 133,1 |
| 54-9м* | горячее блюдо | Жаркое по-домашнему | 38-49 | 200 | 20, 1 | 18, 8 | 17,2 | 317,9 |
| 346 с/б 2017*** | 3 блюдо | Компот из мандаринов | 9-35 | 200 | 0,4 | 0,1 | 33,7 | 138,8 |
| 110 с/б 2013** | хлеб | Хлеб ржано-пшеничный | 6-67 | 90 | 5,9 | 1,0 8 | 30,6 | 162,9 |
| | | ИТОГО: | 64-00 | 750 | | | | 777,9 |

Старший повар
 Экономист по ценам



МЕНЮ для детей
из многодетных малоимущих семей

На 09.11.2023г.

| Наименование блюд | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен. (ккал) |
|--|--------------|----------|------|------|------|---------------------|
| для учащихся с 11 лет до 18 лет | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекла отварная дольками | 3-88 | 100 | 1,5 | 0,2 | 8,7 | 42 |
| Суп гороховый | 11-03 | 250 | 8,4 | 5,6 | 20,4 | 166,4 |
| Жаркое по-домашнему | 49-41 | 250 | 25,1 | 23,5 | 21,5 | 397,4 |
| Компот из мандаринов | 10-86 | 200 | 0,4 | 0,1 | 33,7 | 138,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-37 | 95 | 6,3 | 1,1 | 32,3 | 171,9 |
| ИТОГО: | 81-55 | | | | | 916,5 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Старший повар
 Экономист по ценам



Согласовано:
 Директор МБОУ «СОШ № 6»
 С.И. Сафонова

МЕНЮ для с ОВЗ

На 09.11.2023г.

| Наименование блюд | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен. (ккал) |
|--|--------------|----------|------|------|------|---------------------|
| для учащихся с 7 лет до 11 лет | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Запеканка из творога | 39-81 | 150 | 29,7 | 10,7 | 21,6 | 301,3 |
| Джем фруктовый | 1-90 | 10 | 0,1 | 0 | 7,2 | 29 |
| Фрукт(мандарин) | 15-80 | 100 | 0,9 | 0,1 | 7,6 | 35 |
| Компот из смеси сухофруктов | 5-61 | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 |
| Батон нарезной | 4-88 | 40 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131 |
| ИТОГО: | 68-00 | | | | | 577,3 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекла отварная дольками | 2-33 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,2 | 25,2 |
| Суп гороховый | 8-83 | 200 | 6,7 | 4,6 | 16,3 | 133,1 |
| Жаркое по-домашнему | 39-95 | 200 | 20,1 | 18,8 | 17,2 | 317,9 |
| Компот из мандаринов | 10-86 | 200 | 0,4 | 0,1 | 33,7 | 138,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-03 | 90 | 5,9 | 1,08 | 30,6 | 162,9 |
| ИТОГО: | 68-00 | | | | | 777,9 |
| для учащихся с 11 лет до 18 лет | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Запеканка из творога | 39-81 | 150 | 29,7 | 10,7 | 21,6 | 301,3 |
| Джем фруктовый | 1-90 | 10 | 0,1 | 0 | 7,2 | 29 |
| Фрукт(мандарин) | 15-80 | 100 | 0,9 | 0,1 | 7,6 | 35 |
| Компот из смеси сухофруктов | 5-61 | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 |
| Батон нарезной | 4-88 | 100 | 7,5 | 2,9 | 51,4 | 262 |
| ИТОГО: | 68-00 | | | | | 708,3 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Свекла отварная дольками | 3-88 | 100 | 1,5 | 0,2 | 8,7 | 42 |
| Суп гороховый | 11-03 | 250 | 8,4 | 5,6 | 20,4 | 166,4 |
| Жаркое по-домашнему | 49-41 | 250 | 25,1 | 23,5 | 21,5 | 397,4 |
| Компот из мандаринов | 10-86 | 200 | 0,4 | 0,1 | 33,7 | 138,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-37 | 95 | 6,3 | 1,1 | 32,3 | 171,9 |
| ИТОГО: | 81-55 | | | | | 916,5 |

Старший повар:
 Экономист по ценам



Согласовано:
 Директор МБОУ «СОШ № 6»
Сар Сазонова С.И.



МЕНЮ НА МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

На 09.11.2023г.

| Наименование | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен. (ккал) |
|----------------------|-------|----------|-------|-------|-------|---------------------|
| Плюшка московская | 20-00 | 70 | 5,35 | 6,02 | 39,49 | 230,28 |
| Булочка с помадкой | 20-00 | 70 | 3,99 | 3,78 | 36,82 | 183,75 |
| Булочка с маком | 20-00 | 70 | 5,91 | 5,25 | 37,13 | 219,87 |
| Пирожок с капустой | 20-00 | 70 | 3,67 | 4,94 | 22,65 | 150,5 |
| Пирожок с картошкой | 20-00 | 70 | 3,79 | 4,92 | 21,99 | 147,26 |
| Пирожок с яблоками | 20-00 | 70 | 3,64 | 5,87 | 32,74 | 187,34 |
| Рогалик со сгущенкой | 25-00 | 70 | 4,99 | 5,28 | 38,35 | 220,28 |
| Колбаса в тесте | 25-00 | 70 | 6,53 | 18,67 | 16,22 | 241,27 |
| Пицца | 30-00 | 115 | 12,63 | 13,19 | 34,11 | 306,31 |
| Ватрушка с творогом | 30-00 | 70 | 7,15 | 7,4 | 29,36 | 209,17 |
| Ватрушка с повидлом | 25-00 | 70 | 3,63 | 3,59 | 28,33 | 205,18 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Вода | 30-00 | 500 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Сок | 25-00 | 200 | 0 | 0 | 12 | 48 |
| Кондитерские изделия | 20-00 | 38 | 5,1 | 32,2 | 54,9 | 530 |

Старший повар

Экономист по ценам



МЕНЮ

На 09.11.2023г.

| Наименование блюд | Цена | Выход г. | Б | Ж | У | Энер.цен. (ккал) |
|----------------------------|--------------|----------|-------|------|-------|---------------------|
| ОБЕД II ВАРИАНТ | | | | | | |
| Салат из свеклы с яблоками | 7-11 | 60 | 1,1 | 3,58 | 7,63 | 65,35 |
| Котлета рубленая | 45-50 | 80 | 10,1 | 26,3 | 10,8 | 322,5 |
| Макароны отварные | 10-50 | 180 | 6,6 | 6,1 | 41 | 246 |
| Напиток мандариновый | 10-86 | 200 | 0,28 | 0 | 46,92 | 175 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-03 | 90 | 5,9 | 1,08 | 30,6 | 162,9 |
| ИТОГО: | 80-00 | | | | | 971,75 |
| ОБЕД III ВАРИАНТ | | | | | | |
| Овощи в нарезке(помидор) | 9-49 | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 12,8 |
| Рыба, тушеная с овощами | 35-89 | 100 | 18,75 | 28,8 | 10,25 | 279,13 |
| Рис отварной | 13-50 | 150 | 3,6 | 4,8 | 36,4 | 203,5 |
| Компот из смородины | 15-09 | 200 | 0,3 | 0,1 | 8,4 | 35,4 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 6-03 | 90 | 5,9 | 1,08 | 30,6 | 162,9 |
| ИТОГО: | 80-00 | | | | | 696,33 |
| ОБЕД IV ВАРИАНТ | | | | | | |
| Суп гороховый | 11-03 | 250 | 8,4 | 5,6 | 20,4 | 166,4 |
| Напиток мандариновый | 9-86 | 200 | 0,28 | 0 | 46,92 | 175 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 4-11 | 60 | 3,9 | 0,7 | 20,4 | 108,6 |
| ИТОГО: | 25-00 | | | | | 450 |

Старший повар
Экономист по ценам