

Согласовано:

Директор МБОУ "Долгоостровская СОШ"  
Бурчак Д.М.

## Меню на 23.04.2022 года

6-й день по двенадцатидневному меню

| Наименование блюда                    | Цена         | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность |              |               |               | Витамины и минеральные вещества |             |              |              |               |               |               |             |
|---------------------------------------|--------------|-------------|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|---------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
|                                       |              |             |            | Белки            | Жиры         | Углевод<br>ы  | Калл          | А                               | В           | С            | Е            | Са            | Mg            | P             | Fe          |
| <b>завтрак</b>                        |              |             |            |                  |              |               |               |                                 |             |              |              |               |               |               |             |
| Масло сливочное порциями              | 5-09         | 97*         | 10         | 0,05             | 8,25         | 0,08          | 75,00         | 0,10                            | 0,00        | 0,00         | 0,00         | 1,20          | 0,04          | 1,90          | 0,02        |
| Каша молоч. манная с маслом           | 19-21        | 302*        | 220/5      | 5,28             | 9,02         | 33,44         | 236,06        | 0,08                            | 0,12        | 1,51         | 0,52         | 212,69        | 25,31         | 84,48         | 0,62        |
| Какао с молоком                       | 10-00        | 693*        | 200        | 3,04             | 3,39         | 27,91         | 149           | 0,03                            | 0,04        | 1,3          | 0,01         | 120,64        | 14,88         | 98,08         | 0,24        |
| Хлеб пшеничный                        | 2-50         |             | 50         | 3,80             | 0,40         | 24,30         | 119,00        | 0,00                            | 0,04        | 0,00         | 0,55         | 10,00         | 7,00          | 32,50         | 0,55        |
| <b>итого:</b>                         | <b>29-80</b> |             |            | <b>12,17</b>     | <b>21,06</b> | <b>85,73</b>  | <b>579,06</b> | <b>0,21</b>                     | <b>0,20</b> | <b>2,81</b>  | <b>1,08</b>  | <b>344,53</b> | <b>47,23</b>  | <b>216,96</b> | <b>1,43</b> |
| <b>обед для 1-4 классов</b>           |              |             |            |                  |              |               |               |                                 |             |              |              |               |               |               |             |
| Винегрет овощной                      | 3-44         | 71*         | 60         | 0,82             | 6,07         | 4,52          | 76            | 0,54                            | 0,03        | 7,77         | 2,72         | 16,83         | 11,12         | 24,65         | 0,46        |
| Суп крестьянский с крупой со сметаной | 6-41         | 134*        | 200        | 1,51             | 3,32         | 9,24          | 106           | 0,04                            | 0,04        | 8            | 0,32         | 19,28         | 16,62         | 40,84         | 0,53        |
| Биточки рубленные с соусом            | 21-24        | 413*        | 90(50/40)  | 9,08             | 15,2         | 9,2           | 165           | 0                               | 0,05        | 1            | 2,08         | 23,75         | 7,39          | 50,15         | 0,48        |
| Капуста тушеная                       | 19-00        | 534*        | 150        | 3,6              | 4,52         | 15,3          | 115           | 0,42                            | 0,6         | 79,72        | 1,5          | 87,66         | 31,59         | 63,36         | 1,22        |
| Компот из кураги                      | 3-06         | 638*        | 200        | 1,04             | 0            | 30,96         | 123           | 0,7                             | 0,02        | 0,8          | 1,1          | 32,4          | 21            | 29,2          | 0,7         |
| Хлеб ржаной                           | 3-00         |             | 60         | 2,82             | 0,6          | 0,6           | 126           | 0                               | 0,04        | 0            | 0,78         | 14,4          | 11,4          | 52,2          | 2,24        |
| <b>итого:</b>                         | <b>61-65</b> |             |            | <b>18,87</b>     | <b>29,71</b> | <b>69,82</b>  | <b>711,00</b> | <b>1,70</b>                     | <b>0,78</b> | <b>97,29</b> | <b>8,50</b>  | <b>194,32</b> | <b>99,12</b>  | <b>260,40</b> | <b>5,63</b> |
| <b>обед для 5-11 классов</b>          |              |             |            |                  |              |               |               |                                 |             |              |              |               |               |               |             |
| Винегрет овощной                      | 1-21         | 71*         | 100        | 1,37             | 10,11        | 7,54          | 127           | 0,9                             | 0,05        | 12,95        | 4,54         | 28,05         | 18,53         | 41,08         | 0,77        |
| Суп крестьянский с крупой со сметаной | 2-06         | 134*        | 250        | 1,87             | 4,97         | 11,52         | 121           | 0,01                            | 0,05        | 10           | 0,4          | 23,5          | 20,75         | 50,1          | 0,65        |
| Биточки рубленные с соусом            | 25-29        | 451*        | 100(60/40) | 10,96            | 11,54        | 13,12         | 201           | 0                               | 0,07        | 1,31         | 2,56         | 29,3          | 9,15          | 63,82         | 1,2         |
| Капуста тушеная                       | 2-25         | 214*        | 180        | 3,84             | 6,24         | 108           | 115,2         | 0,08                            | 0,05        | 26,4         | 2,88         | 86,4          | 28,8          | 57,6          | 1,2         |
| Компот из кураги                      | 3-06         | 638*        | 200        | 1,04             | 0            | 30,96         | 123           | 0,7                             | 0,02        | 0,8          | 1,1          | 32,4          | 21            | 29,2          | 0,7         |
| Хлеб ржаной                           | 3-00         |             | 60         | 2,82             | 0,6          | 0,6           | 126           | 0                               | 0,08        | 0            | 0,78         | 14,4          | 11,4          | 52,2          | 2,24        |
| <b>итого:</b>                         | <b>42-48</b> |             |            | <b>21,90</b>     | <b>33,46</b> | <b>171,74</b> | <b>813,20</b> | <b>1,69</b>                     | <b>0,32</b> | <b>51,46</b> | <b>12,26</b> | <b>214,05</b> | <b>109,63</b> | <b>294,00</b> | <b>6,1</b>  |

Повар А.И. Азмуханова И.Н.

Ответственный по питанию: В.М. Вахитова Л.Р.

*маш. 42.54*