

Согласовано:

Директор МБОУ "ЯСОШ имени Героя Советского Союза
Петра Харитоновича Бухтулова"

Е.Н.Моряков

Дата: 25 сентября 2023г.

Утверждаю:

Директор ООО "Янтиковский общепит"

О.И.Автина

Дата: 25 сентября 2023г.

Меню

День: понедельник

Неделя: 4

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
392	Бутерброд с сыром	50.00	16.45	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
750	Каша молочная рисовая 150/5 М_174	155.00	10.98	4.55	6.47	29.05	191.33	0.04	0.11	0.97	0.04	0.18	0.11	92.91	117.33	26.73	0.41	135.66	7.21	6.53	0.01
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.73	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
698	Яблоки свежие порциями	100.00	9.55	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	11.93	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
443	Салат из моркови с изюмом М_66	60.00	4.74	0.73	0.05	13.22	54.52	0.04	0.04	3.45	0.90	0.22	0.00	18.63	33.92	20.23	0.53	59.67	2.25	0.10	0.04
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200.00	10.31	11.66	8.70	57.26	359.91	0.28	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	276.58	184.24	6.19	358.25	3.10	5.43	0.02
726	Суп картофельный с горохом М_102	200.00	2.38	4.11	4.27	15.60	118.63	0.18	0.05	10.98	0.22	1.96	0.00	27.78	70.30	29.14	1.64	197.68	3.54	2.31	0.01
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	120.00	38.76	11.46	11.45	13.81	198.72	1.67	0.12	1.42	0.02	0.32	0.03	34.88	133.00	21.49	1.86	203.60	6.99	1.20	0.15
710	Компот из кураги_348	200.00	12.37	1.08	0.00	31.33	124.18	0.02	0.04	0.83	0.12	1.14	0.00	33.08	30.19	21.71	0.66	353.77	0.70	0.45	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.83	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

Ст.повар _____

Согласовано:

Директор МБОУ "ЯСОШ имени Героя Советского Союза

Петра Харитоновича Бухтупова

Е.Н.Моряков

Дата: 26 сентября 2023г.



Утверждаю:

Директор ООО "Янтиковский общепит"

О.И.Автина

Дата: 26 сентября 2023г.



Меню

День: вторник

Неделя: 4

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
751	Запеканка творожная со сметанным соусом М_223	155.00	40.66	20.73	15.83	16.88	295.22	0.06	0.33	0.34	0.09	0.47	0.23	209.25	286.49	28.19	0.80	154.76	11.56	37.44	0.04
728	Чай с сахаром М_376	200.00	1.39	0.10	0.03	14.99	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
729	Яйцо вареное М_209	40.00	8.10	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	0.00
609	Бутерброд с повидлом	55.00	9.20	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	0.00
569	Хлеб пшеничный	50.00	4.33	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00

63-69

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
25	Винегрет овощной (67)	60.00	4.98	0.80	6.06	4.11	74.60	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	5.17	1.57	4.87	10.71	90.04	0.04	0.04	9.88	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.54	0.38	0.01
701	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50/50	100.00	18.45	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
644	Рис отварной М_304	200.00	13.84	4.91	8.14	47.83	266.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	5.27	0.57	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.83	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

50-54

Ст.повар _____

Согласовано:

Директор МБОУ "ЯСОШ имени Героя Советского Союза

Петра Харитоновича Бухтулова"

Е.Н.Моржков

Дата 27 сентября 2023г.

Утверждаю:

Директор ООО "Янтиковский общепит"

О.И.Автина

Дата 27 сентября 2023г.

Меню

День: среда

Неделя: 4

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг									
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F	
401	Масло (порциями) М_14	10.00	6.00	0.08	8.25	0.08	74.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00	
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 М_173	155.00	9.32	6.48	7.31	32.06	218.12	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01	
597	Чай с фруктовым соком	200.00	8.16	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.47	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00	
605	Груша порциями	100.00	26.67	0.40	0.30	9.50	42.00	0.02	0.03	5.00	0.00	0.40	0.00	19.00	16.00	12.00	2.30	155.00	1.00	0.10	0.01	

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
731	Салат из квашеной капусты М_47	100.00	8.86	1.60	4.99	7.68	83.39	0.02	0.02	25.30	0.00	2.30	0.00	41.98	30.91	14.36	0.57	14.60	0.30	0.05	0.00
485	Суп с макаронными изделиями М_111	200.00	2.00	1.83	4.01	12.53	94.41	0.03	0.01	0.76	0.16	2.06	0.00	7.92	23.80	7.27	0.40	32.80	0.88	0.05	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	18.19	7.23	5.02	10.95	118.76	0.06	0.04	0.62	0.03	2.54	0.03	45.26	102.07	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
706	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	12.72	4.24	10.94	26.34	220.37	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
755	Компот из чернослива М_348	200.00	5.58	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.83	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

Ст.повар _____

Согласовано:

Директор МБОУ "ЯСОШ имени Героя Советского Союза

Петра Харитоновича Бухтулова"

Е.Н.Моряков

Дата: 28 сентября 2023г.



Утверждаю:

Директор ООО "Янтиковский общепит"

О.И.Автина

Дата: 28 сентября 2023г.



Меню

День: четверг

Неделя: 4

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.60	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
882	Макароны отварные с сыром 150 гр М_204	155.00	19.35	9.18	9.22	27.69	233.83	0.05	0.06	0.14	0.07	0.83	0.27	65.05	110.05	12.14	0.87	78.41	0.68	2.95	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	11.93	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.47	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
729	Яйцо вареное М_209	40.00	8.10	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	0.00
698	Яблоки свежие порциями	100.00	9.55	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00

60-49

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
739	Салат из белокочанной капусты М_45	60.00	1.70	0.89	3.05	5.39	51.64	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М_98	200.00	2.74	1.51	3.98	11.42	87.80	0.04	0.03	14.40	0.18	1.88	0.00	18.80	40.08	16.60	0.52	174.84	2.47	1.41	0.01
652	Фрикадельки в соусе М_280	100.00	26.77	7.99	9.09	10.99	153.75	0.05	0.08	1.52	0.01	2.29	0.04	29.39	91.65	12.98	1.22	174.11	5.30	1.27	0.03
753	Каша пшеничная вязкая 150 М_303	200.00	6.22	5.67	6.08	33.51	213.71	0.11	0.05	0.00	0.03	0.95	0.10	21.12	129.45	29.30	2.16	114.47	0.00	34.95	0.00
707	Компот из изюма М_348	200.00	5.58	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.83	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

45-84

Ст.повар _____

Согласовано:

Директор МБОУ "ЯСОШ имени Героя Советского Союза

Петра Харитоновича Бухтулова,

Е.Н.Моряков

Дата: 29 сентября 2023г.

Утверждаю:

Директор ООО "Янтиковский общепит"

О.И.Автина

Дата: 29 сентября 2023г.

Меню

День: пятница

Неделя: 4

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
879	Каша полбянная с маслом 200/10	210.00	14.94	9.40	11.95	37.09	295.71	0.03	0.13	1.30	0.06	0.10	0.20	121.18	92.07	13.86	0.12	147.50	9.00	2.10	0.02
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	8.79	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.47	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
595	мандарины порциями	100.00	21.60	0.80	0.30	8.10	40.00	0.06	0.03	38.00	0.01	0.20	0.00	35.00	17.00	11.00	0.10	155.00	0.30	0.10	0.15

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной М_52	60.00	1.63	0.81	3.65	4.72	53.91	0.01	0.02	5.70	0.00	1.64	0.00	21.09	24.51	12.54	0.80	0.00	3.99	0.40	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200.00	2.38	2.25	2.23	16.73	97.56	0.09	0.05	17.28	0.26	1.18	0.00	21.96	54.60	22.64	0.86	309.24	3.93	0.29	0.01
662	Птица, тушенная в соусе М_290	100.00	25.09	14.42	19.99	2.95	113.60	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.69	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200.00	10.31	11.66	8.70	57.26	359.91	0.28	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	276.58	184.24	6.19	358.25	3.10	5.43	0.02
721	Компот из свежих яблок М_342	200.00	6.65	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.83	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

Ст.повар _____