

Согласовано:

Директор ГБОУ СОШ с. Алексеевка

Чередникова Е.А.



Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Алексеевка (старшая)

МЕНЮ

13 МАРТА 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОБЗ	Энергетическая ценность Ккал
ЗАВТРАК			
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	201
225	Оладьи из творога	70	176
348	Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		500	562,02
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОБЗ	Энергетическая ценность Ккал
113	Суп лапша по-домашнему	250	92,6
54-12м-2020	Плов с курицей	230	314,6
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	60	111,9
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		810	678,13
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится												
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг									
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe						
43,85	43,77	174,96	1752,04	327,31	772,02	46,52						
Витамины, мг												
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.	
368,58	0,28	0,48					32,51				9,65	

Согласовано:
 Директор ГБОУ СОШ с. Алексеевка
 Чередникова Е.А.



Утверждаю:
 ИП Какурина Л.И.
 Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Алексеевка (старшая)

МЕНЮ
14 МАРТА 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОБЗ	Энергетическая ценность Ккал
ЗАВТРАК			
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	154,96
54-14р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	100	221
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		510	490,18
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОБЗ	Энергетическая ценность Ккал
54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	250	120,07
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
298	Ленивые голубцы с соусом	110	164
58	Салат из моркови с чесноком и зеленым горошком	60	102
699	Напиток лимонный	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		870	853,7
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг											
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	A, мкг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
47,18	47,19	188,63	1654,3	425,75	880,17	50,86								68,65				11,94

Согласовано:
 Директор ГБОУ СОШ с. Алексеевка
 Чередникова Е.А.



Утверждаю:
 ИП Какурина Л.И.
 Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Алексеевка (старшая)

МЕНЮ
15 МАРТА 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОБЗ	Энерг. цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200	163,02
413	Пицца школьная	100	245
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81
Итого		500	489,02
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОБЗ	Энерг. цен Ккал
54-11с-2020	Суп картофельный с крупой (крупя рисовая)	250	150,92
54-1г-2020	Макаронны отварные	180	202
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	100	115,9
49	Салат витаминный	60	143,55
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		860	770,3
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится												
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг									
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe						
47,31	47,75	189,12	1062,86	290,27	1080,36	7						
Витамины, мг												
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.	РР, мг.	
362,87	0,63	1,23					61,35				14,51	

Согласовано:
 Директор ГБОУ СОШ с. Алексеевка
 Чередникова Е.А.



Утверждаю:
 ИП Какурина Л.И.
 Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Алексеевка (старшая)

МЕНЮ
16 МАРТА 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОВЗ	Энерг цен Ккал
ЗАВТРАК			
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	210,11
54-5м-2020	Котлеты из курицы	100	127,1
348	Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	58,7
Итого		510	493,51
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОВЗ	Энерг цен Ккал
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	713
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	220	323
56	Салат овощной с яблоками	60	21,06
699	Напиток апельсиновый	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		800	1285,79
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
51,73	52,1	206,83	3092,7	437,66	1116,8	93,71					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
931,25	0,43	0,52					98,88				15,91

Согласовано:
 Директор ГБОУ СОШ с. Алексеевка
 Чередникова Е.А.



Утверждаю:
 ИП Какурина Л.И.
 Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Алексеевка (старшая)

МЕНЮ
17 МАРТА 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОВЗ	Энергетическая ценность Ккал
ЗАВТРАК			
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	172,3
54-1з-2020	сыр твердых сортов в нарезке	20	53,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
417	"Гребешок" из дрожжевого теста	80	232
Итого		500	484,8
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОВЗ	Энергетическая ценность Ккал
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	588
54-23г-2020	Горошница	180	245,76
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	127,1
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	114,4
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		860	1287,39
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
65,49	65,87	262,18	591,3	364,8	956,08	14,22					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
960,25	1,17	0,73					66,28				17,5