

Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024**СЕЗОН - ОСЕНЬ**

в ОУ

СШ № 57

" " " " г.

День 1

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

4 926	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной 200/5 рацион (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, сметана мжд 15%, масло сливочное, зелень, томатная паста 25%, соль йодированная)	205	1,55	3,70	6,32	69	17,42
7 559	Жюльен из птицы (филе грудки) 40/50 (филе грудки куриной без кожи с/м, лук репчатый очищенный, масло растительное, сметана мжд 15%, мука пшеничная, сыр неострых сортов, сычужный полутвердый (костромской) мдж 45%, чеснок, соль йодированная)	90	13,54	8,97	5,85	160	43,93
5 254	Каша гречневая вязкая 150 рацион (крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, соль йодированная)	150	8,75	5,31	43,06	160	12,13
7 570	Сок фруктовый (в ассортименте) 200 (сок натуральный/нектар для детского питания)	200	0,60	0,20	33,00	136	28,20
6 821	Хлеб пшеничный 25	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
6 824	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
5 243	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	0,40	0,40	9,80	47	14,40
Итого за Обед		794	28,40	19,12	#####	674	119,72

Директор ОУ

Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024

СЕЗОН - ОСЕНЬ

в ОУ СОШ №57

" _____ " _____ " _____ " г.

День 2

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

7 654	Суп картофельный с крупой пшениной и рыбой 200/20 (картофель, филе рыбы с/м (минтай), лук репчатый, морковь, крупа пшено, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	220	4,26	1,78	12,21	76	27,31
4 959	Овощи натуральные свежие (помидоры) 60 рацион	60	0,36	0,12	2,28	14	13,36
6 739	Жаркое по-домашнему (с отварной говядиной) 50/150 (картофель очищенный, говядина бескостная с/м, кат. а., морковь очищенная, лук репчатый очищенный, масло растительное, томатная паста 25%, зелень, соль йодированная, приправа)	200	12,00	8,00	22,20	220	94,95
6 707	Кофейный напиток на молоке 200 (6/200/15) (молоко 2,5%, сахар, кофейный напиток)	200	5,81	5,00	29,26	187	28,20
6 821	Хлеб пшеничный 25	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
6 824	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
Итого за Обед		729	25,99	15,44	86,13	599	167,46

Директор ОУ
Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024

СЕЗОН - ОСЕНЬ

в ОУ СОШ № 57

" _____ " _____ " _____ " г.

День 3

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

5 406	Суп картофельный с горохом 200 рацион (картофель, крупа горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	200	4,29	3,18	17,17	108	14,14
7 606	Рыба, запеченная с овощами под сырно-яичной шапкой 70/150 (филе рыбы с/м (минтай), творог 9%, яйцо, молоко 2,5% 1л, морковь очищенная, лук репчатый очищенный, сыр неострых сортов, сычужный полутвердый (костромской) мдж 45%, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, соль йодированная, приправа)	220	24,69	13,53	3,09	218	125,08
4 853	Напиток из плодов шиповника 200 (20/15) рацион (шиповник сухой, сахар, вода)	200	0,68	0,28	24,63	117	11,76
6 821	Хлеб пшеничный 25	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
6 824	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
6 189	Фрукты свежие (яблоки) 105 рацион	105	0,42	0,42	10,29	49	15,12

Итого за Обед 774 33,64 17,95 75,36 594 169,74

Директор ОУ _____

Зав. производством _____



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024**СЕЗОН - ОСЕНЬ**в ОУ *СОШ №57*

" _____ " _____ " _____ " г.

День 4

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

6 758	<i>Суп летний из овощей со сметаной 200/5</i> (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, яйцо, сметана мжд 15%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	205	2,80	4,60	8,19	96	25,00
7 554	<i>Крылышки куриные в панировке запеченные 90</i> (крылышки цыпленка-бройлера 1 кат. с/м, сухари панировочные, томатная паста 25%, масло растительное, сметана мжд 15%, соль йодированная, приправа)	90	14,68	17,56	18,38	247	46,89
7 651	<i>.Гратен картофельный с яйцом и сыром 150</i> несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, сыр неострых сортов, сычужный полутвердый (костромской) мдж 45%, соль йодированная)	150	8,01	11,78	24,11	235	47,31
6 038	<i>Чай с молоком 200 (1,5/150/15)</i> (молоко 2,5% 1л, сахар, чай)	200	4,65	3,83	22,27	143	20,11
6 821	<i>Хлеб пшеничный 25</i>	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
6 824	<i>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г</i>	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
7 568	<i>Кондитерское изделие (печенье "Фигурное") 30 г (шт)</i> (промышленного производства)	30	6,90	18,10	51,90	398	18,00
	Итого за Обед	724	40,60	56,41	#####	1 222	160,95

Директор ОУ

Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024

СЕЗОН - ОСЕНЬ

в ОУ СОШ №57

" " " " г.

День 5

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

7 601	.Рассольник ленинградский со сметаной 200/5 (картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	205	1,88	3,77	16,11	97	17,13
7 563	Лагман из отварной говядины с картофелем 220 (говядина бескостная с/м, кат. а., картофель очищенный, макаронные изделия (спагетти), помидоры свежие, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, томатная паста 25%, соль йодированная, чеснок, приправа)	220	22,66	15,07	45,30	423	109,31
7 569	Кисель плодово-ягодный 200 (25/180) (кисель плодово-ягодный, вода)	200	0,10	0,10	29,06	118	6,48
6 821	Хлеб пшеничный 25	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
6 824	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
5 243	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	0,40	0,40	9,80	47	14,40
Итого за Обед		774	28,60	19,88	#####	787	150,96

Директор ОУ

Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024**СЕЗОН - ОСЕНЬ**

в ОУ

СОШ №57

" " " " г.

День 6

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед**Суп крестьянский с пшеном 200**

7 656	(капуста свежая, картофель очищенный, морковь очищенная, лук репчатый очищенный, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, крупа пшено, масло растительное, зелень, соль йодированная)	200	1,90	18,67	19,20	223	18,16
-------	--	-----	------	-------	-------	-----	-------

Лазанья мясная (фарш говяжий и филе грудки) 200/10

7 552	(фарш говяжий с/м, лук репчатый очищенный, лаваш армянский круглый (5шт. по 0,06), филе грудки куриной без кожи с/м, молоко 2,5% 1л, морковь очищенная, сыр неострых сортов, сычужный полутвердый (костромской) мдж 45%, мука пшеничная, томатная паста 25%, соль йодированная, чеснок, приправа, зелень)	210	35,01	11,05	38,24	366	104,75
-------	---	-----	-------	-------	-------	-----	--------

7 570	Сок фруктовый (персиковый) 200 (сок натуральный/нектар для детского питания персиковый)	200	0,60	0,20	33,00	136	28,20
-------	---	-----	------	------	-------	-----	-------

6 821	Хлеб пшеничный 25	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
-------	--------------------------	----	------	------	-------	----	------

6 824	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
-------	---	----	------	------	------	----	------

5 021	Фрукты свежие (яблоки) 110 рацион	110	0,44	0,44	10,78	52	15,84
-------	--	-----	------	------	-------	----	-------

Итого за Обед 769 41,51 30,90 ##### 878 170,59

Директор ОУ

Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024**СЕЗОН - ОСЕНЬ**

в ОУ

СОШ №57

День 7

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед**Борщ со свеклой со сметаной 200/5 рацион**

5 059	(картофель, свекла, морковь, лук репчатый, сметана мжд 15%, масло растительное, томатная паста 25%, зелень, сахар, соль йодированная, кислота лимонная)	205	1,71	4,72	8,72	99	13,57
-------	---	-----	------	------	------	----	-------

Паста "Маринара" (филе минтая) 150/50/50

7 542	(филе рыбы с/м (минтай), макаронные изделия группы "а" сорт высший, морковь очищенная, лук репчатый очищенный, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, сметана мжд 15%, соль йодированная, томатная паста 25%, масло растительное, сахар, сыр неострых сортов, сычужный полутвердый (костромской) мдж 45%, чеснок, приправа)	250	15,06	13,12	34,44	320	61,05
-------	--	-----	-------	-------	-------	-----	-------

Какао на молоке 200 (4/200/15) рацион

5 163	(молоко 2,5%, сахар, какао-порошок)	200	6,77	5,60	24,98	179	28,67
-------	-------------------------------------	-----	------	------	-------	-----	-------

Хлеб пшеничный 25

6 821		25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
-------	--	----	------	------	-------	----	------

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом

6 824	24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
-------	-----	----	------	------	------	----	------

Итого за Обед 704 27,10 23,98 88,32 701 106,93

Директор ОУ

Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024**СЕЗОН - ОСЕНЬ**

в ОУ

СОШ №57

" _____ " _____ " _____ " г.

День 8

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед**Суп рисовый с мясными фрикадельками (фарш) 200/20**

7 653	картофель очищенный, фарш говяжий с/м, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, крупа рисовая, масло растительное, яйцо, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, зелень, томатная паста 25%, соль йодированная, приправа	220	6,95	6,94	13,04	161	34,42
-------	--	-----	------	------	-------	-----	-------

Ачма с творогом и сыром 205

7 655	(творог 9%, лаваш армянский круглый (5шт. по 0,06), молоко 2,5% 1л, яйцо, сыр неострых сортов, сычужный полутвердый (костромской) мдж 45%, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, соль йодированная)	205	26,53	17,10	30,33	397	97,33
-------	---	-----	-------	-------	-------	-----	-------

4 872	Компот из смеси сухофруктов 200 рацион (сухофрукты, сахар, кислота лимонная, вода)	200	0,44	0,02	26,78	111	9,37
-------	--	-----	------	------	-------	-----	------

6 821	Хлеб пшеничный 25	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
-------	--------------------------	----	------	------	-------	----	------

6 824	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
-------	---	----	------	------	------	----	------

5 243	Фрукты свежие (яблоки) 100 рацион	100	0,40	0,40	9,80	47	14,40
-------	--	-----	------	------	------	----	-------

Итого за Обед 774 37,88 25,00 ##### 818 159,16

Директор ОУ

Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024

СЕЗОН - ОСЕНЬ

в ОУ СШ № 57

День 9

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне 200

7 663 (картофель очищенный, макаронные изделия (вермишель), морковь очищенная, лук репчатый очищенный, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, томатная паста 25%, соль йодированная, зелень) 200 25,38 23,45 25,55 374 12,30

Овощи натуральные свежие (огурцы) 60 рацион

4 960 60 0,42 0,06 1,14 7 12,86

Плов из птицы (окорочка отварные) 200 (50/150)

7 609 (окорочка цыпленка-бройлера 1 кат. с/м, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, томатная паста 25%, соль йодированная, приправа) 200 38,19 40,89 38,32 581 57,88

6 038 *Чай с молоком 200 (1,5/150/15)*

(молоко 2,5% 1л, сахар, чай)

200 4,65 3,83 22,27 143 20,11

6 821 *Хлеб пшеничный 25*

25 1,98 0,25 12,08 59 1,78

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом

6 824 24г

24 1,58 0,29 8,10 43 1,86

Итого за Обед 709 72,20 68,77 ##### 1 206 106,79

Директор ОУ

Зав. производством



Меню - Обеды 7-11 лет в т.ч. с ОВЗ и Инвалиды (10 дн.) с 02.09.2024**СЕЗОН - ОСЕНЬ**в ОУ СШ №57 " " " г.

День 10

Код блюда	Наименование блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			белки	Жиры	Угле-воды		

Обед

6 758	Суп летний из овощей со сметаной 200/5 (картофель, капуста свежая, морковь, лук репчатый, яйцо, сметана мжд 15%, горошек зеленый консервированный, масло сливочное, зелень, соль йодированная)	205	2,80	4,60	8,19	96	25,00
4 959	Овощи натуральные свежие (помидоры) 60 рацион	60	0,36	0,12	2,28	14	13,36
7 561	Тортик печёночный 100 (печень говяжья с/м, молоко 2,5% 1л, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, натуральное не менее 72,5 % жирности, масло растительное, яйцо, сметана мжд 15%, крупа овсяная "геркулес", соль йодированная, приправа)	100	16,69	12,49	11,89	233	79,43
7 566	.Пюре картофельное 150 (картофель, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная)	150	3,35	6,08	12,32	147	29,67
7 570	Сок фруктовый (в ассортименте) 200 (сок натуральный/нектар для детского питания)	200	0,60	0,20	33,00	136	28,20
6 821	Хлеб пшеничный 25	25	1,98	0,25	12,08	59	1,78
6 824	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом 24г	24	1,58	0,29	8,10	43	1,86
Итого за Обед		764	27,36	24,03	87,86	728	179,30

Директор ОУ

Зав. производством

