

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОУ ОШ №3



2024 г.

МЕНЮ

группа Комплексный обед (по указу)

Наименование блюд

Выход

К/кал

Белки

Жиры Углеводы

Цена блюда

Наименование блюд	Выход	К/кал	Белки	Жиры	Углеводы	Цена блюда
29.04.2024 г.						
Рассольник Ленинград.на кур.буль-не	250.00/25.00	142,00	4,00	4,90	20,10	17,15
Тефтели мясн.с рис. В том. Соусе паров	75.00/45.00	179,80	8,00	10,50	10,00	22,02
Каша гречневая	180.00	155,70	5,40	8,10	26,80	5,54
Компот из смеси сухофруктов	200.00	81,00	0,60	0,00	31,40	3,52
Хлеб ржаной	60.00	102,40	2,80	0,40	30,00	3,54
Мандарин	140.00	49,00	1,10	0,00	10,50	25,20
ИТОГО:		709,90	21,90	23,90	128,80	76,97
2 день						
Суп картофель. с мясн.фрикадельками	250.00/25.0	147,00	6,20	5,90	17,00	16,58
Жаркое по-домашнему сб.рец.1996г.	75.00/150.00	281,00	20,00	11,00	24,30	43,98
Компот из яблок с лимоном	200.00	46,70	0,30	0,20	11,10	8,96
Хлеб пшеничный	60.00	140,00	4,60	0,40	31,40	4,38
ИТОГО:		614,70	31,10	17,50	83,80	73,90
3 день						
Суп картофель.с макарон.изд.на кур.б-не	250.00/25.00	147,00	7,10	4,60	21,10	15,12
Биточки рубл.из птицы. паров.	100.00	126,40	14,70	10,90	8,10	27,31
Картофельное пюре	180.00	167,00	3,80	8,10	26,30	11,50
Компот из ягод суш. (изюм)	200.00	75,80	0,40	0,00	27,40	4,39
Хлеб пшеничный	60.00	140,00	4,60	0,40	31,40	4,38
Мандарин	140.00	49,00	1,10	0,00	10,50	25,20
ИТОГО:		705,20	31,70	24,00	124,80	87,90
02.05.2024 г.						
Суп картофель. с рыбн. Консерв.	250.00	187,00	6,90	8,40	20,50	23,40
Рыба туш.в том.с овощами(пикша)	75.00/25.00	103,00	10,60	5,10	5,60	24,45
Макаронные изд.отварные с маслом	180.00	236,00	6,30	7,40	42,30	7,09
Компот из кураги	200.00	66,90	1,20	0,00	31,60	6,32
Хлеб ржаной	60.00	102,40	2,80	0,40	30,00	3,54
ИТОГО:		695,30	27,80	21,30	130,00	64,80
03.05.2024г.						
Борщ с кап.картоф. на кур.буль-не со см.	250.00/25.00	171,00	2,95	2,55	13,10	20,09
Гуляш сб.рец.1996г.	75.00/50.00	165,00	17,38	8,12	5,00	34,54
Рис отварной	150.00	203,50	3,70	4,80	36,50	9,18
Компот из смеси сухофруктов	200.00	81,00	0,60	0,00	31,40	3,52
Хлеб ржаной	60.00	102,40	2,80	0,40	30,00	3,54
итого:		722,90	27,43	15,87	116,00	70,87
06.05.2024г.						
Бульон из птицы с яйцом	250./25/20	158,10	13,30	11,30	1,14	18,10
Биточки рубл.из птицы. паров.	100.00	126,40	14,70	10,90	8,10	21,31
Каша гречневая	180.00	155,70	5,40	8,10	26,80	5,54
Компот из свежих плодов (груши)	200.00	39,60	0,20	0,00	35,60	10,38
Хлеб ржаной	60.00	102,40	2,80	0,40	30,00	3,54
Мандарин	140.00	49,00	1,10	0,00	10,50	25,20
ИТОГО:		631,20	37,50	30,70	112,14	84,07

07.05.2024г.						
Суп карт.с крупой на кур.б-не	250.00/25.0	140,00	6,70	5,10	18,40	14,82
Плов из птицы	75.00/150.00	314,60	13,70	15,80	28,90	36,70
Компот из яблок с лимоном	200.00	46,70	0,30	0,20	11,10	8,96
Хлеб ржаной	60.00	102,40	2,80	0,40	30,00	3,54
Вафли	35.00	180,00	2,28	9,80	12,95	6,47
ИТОГО		783,70	25,78	31,30	101,35	70,49
08.05.2024г.						
Суп карт.с бобовыми на кур.буль-не	250.00/25.00	232,00	7,15	5,95	22,30	15,67
Тефтели мясн.с рис. В том. Соусе паров	75.00/45.00	179,80	8,00	10,50	10,00	22,13
Картофельное пюре	180.00	167,00	3,80	8,10	26,30	11,50
Компот из ягод суш. (изюм)	200.00	75,80	0,40	0,00	27,40	4,39
Хлеб ржаной	60.00	102,40	2,80	0,40	30,00	3,54
Мандарин	140.00	49,00	1,10	0,00	10,50	25,20
ИТОГО:		806,00	23,25	24,95	126,50	82,43
9 день						
Щи из свеж.кап.на кур.б-не	250.00/25.0	115,00	6,20	6,40	10,10	16,95
Печень по - строгановски	65.00/35.00	189,20	13,60	13,60	3,90	35,23
Рис отварной	150.00	203,50	3,70	4,80	36,50	9,18
Компот из смеси сухофруктов	200.00	81,00	0,60	0,00	31,40	3,52
Хлеб пшеничный	60.00	140,00	4,60	0,40	31,40	4,38
ИТОГО:		728,70	28,70	25,20	113,30	69,26
10 день						
Борщ с кап.картоф. на кур.буль-не со см.	250.00/25.00	171,00	2,95	2,55	13,10	20,09
Рыба туш.в том.с овощами(пикша)	75.00/25.00	103,00	10,60	5,10	5,60	24,45
Макаронные изд.отварные с маслом	180.00	236,00	6,30	7,40	42,30	7,09
Компот из кураги	200.00	66,90	1,20	0,00	31,60	6,32
Хлеб пшеничный	60.00	140,00	4,60	0,40	31,40	4,38
Вафли	40.00	205,72	2,61	11,20	14,80	7,40
ИТОГО:		922,62	28,26	26,65	138,80	69,73

Всего : 449,63 руб.(6 дней)

Зав.производством
Ведущий специалист УМО Майорова И.Р.

