

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОУ ОШ №3



2024 г.

МЕНЮ

Группа Многодетные (1 -11кл.)

Наименование блюд

Выход

К/кал

Белки

Жиры Углеводы

Цена блюда

Наименование блюд	Выход	К/кал	Белки	Жиры	Углеводы	Цена блюда
29.04.2024г.						
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
Яблоко	220.00	58,63	0,88	0,00	24,86	24,20
ИТОГО:		719,53	21,68	23,90	143,16	75,97
2 день						
Суп картоф. 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
Вафли	35.00	180,00	2,28	9,80	12,95	6,47
ИТОГО:		794,70	33,38	27,30	96,75	80,37
3 день						
Суп карт с макар.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
ИТОГО:		656,20	30,60	24,00	114,30	62,70
02.05.2024г.						
Суп картоф. 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
Апельсин	250.00	108,70	2,00	0,00	20,25	40,00
ИТОГО:		804,00	29,80	21,30	150,25	104,80
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 пшеничный	60.00	140,00	4,60	0,40	31,40	4,38
итого:		760,50	29,23	15,87	117,40	71,71
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	27,31
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

Печенье	40.00	156,80	26,40	3,36	28,96	3,92
ИТОГО		739,00	62,80	34,06	130,60	68,79
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 пшеничный	60.00	140,00	4,60	0,40	31,40	4,38
ИТОГО:		794,60	23,95	24,95	117,40	58,07
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
Груша	270.00	73,76	1,08	0,00	27,74	54,00
ИТОГО:		802,46	29,78	25,20	141,04	123,26
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 ржаной	30.00	51,20	1,40	0,20	15,00	1,77
Хлеб пшеничный	30.00	70,00	2,30	0,20	15,70	2,19
ИТОГО:		698,10	24,75	15,45	123,30	61,91

Всего : 449.83 руб.(6 дней)

Зав.производством

Ведущий специалист УМО Майорова И.Р.