Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1 имени В.П. Полякова»
города Сорочинска Оренбургской области

Ежедневное меню

Дата: 11 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 4

| № р-ры | Наименование блюд | Выход 7-11 л | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Завтрак | | | | | | | B1 | C | A | E | Ca | Mg | P | Fe |
| № 54-16к | Каша "Дружба" | 200 | 14,91 | 5 | 5,9 | 24 | 168,9 | 0,07 | 1 | 27,16 | 0,12 | 138 | 27 | 124 | 0,5 |
| №54-4гн | Чай с молоком и сахаром | 200 | 5,77 | 1,6 | 1,1 | 8,6 | 50,9 | 0,01 | 0 | 6,9 | 0,07 | 103 | 10 | 46 | 0,7 |
| ГОСТ 26983-2015 | Хлеб пшеничный | 60 | 3,84 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0 | 0 | 0,02 | 12 | 8 | 39 | 0,7 |
| | Банан | 140 | 22,79 | 2,1 | 0,7 | 29,4 | 132,3 | 0,06 | 14 | 28 | 0,07 | 11,2 | 58,8 | 39,2 | 0,84 |
| № 54-1з | Сыр | 30 | 14,10 | 7 | 8,9 | 0 | 107,5 | 0,01 | 0 | 78 | 0,09 | 264 | 11 | 150 | 0,3 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | итого за завтрак | 630 | 61,41 | 20 | 17 | 92 | 600 | | | | | | | | |
| | Доп. питание ОВЗ | | | | | | | | | | | | | | |
| № 54-1з | Сыр | 20 | 9,89 | 3,5 | 4,4 | 0 | 53,7 | 0,01 | 0 | 78 | 0,09 | 264 | 11 | 150 | 0,3 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | итого за завтрак ОВЗ | 650 | 71,30 | 24 | 22 | 92 | 654 | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| № 54-11з | Салат из моркови и яблок | 100 | 4,38 | 0,9 | 10,2 | 7,1 | 123,8 | 0,05 | 6,05 | 1222 | 0,05 | 22,5 | 25,95 | 37,3 | 1,1 |
| № 54-24с | Суп картофельный с макаронами | 200 | 11,20 | 4,8 | 2,2 | 15,5 | 100,9 | 0,06 | 5 | 97,15 | 3 | 11 | 17 | 44 | 0,7 |
| № 54-10м | Капуста тушеная с мясом | 200 | 37,32 | 22 | 22 | 13,3 | 339,4 | 0,08 | 29 | 103,1 | 0,19 | 84 | 47 | 234 | 3,5 |
| | Банан | 110 | 21,94 | 1,7 | 0,6 | 23,1 | 104 | 0,04 | 11 | 22 | 0,06 | 8,8 | 46,2 | 30,8 | 0,66 |
| | Сок фруктовый | 200 | 8,00 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 0,02 | 4 | 0 | 0,02 | 14 | 8 | 14 | 2,8 |
| ГОСТ 24901-2014 | Хлеб ржаной | 40 | 2,32 | 2,6 | 0,5 | 13,4 | 68,3 | 0,07 | 0 | 0 | 0,03 | 14 | 19 | 63 | 1,6 |
| ГОСТ 26983-2015 | Хлеб пшеничный | 60 | 3,84 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 | 0,07 | 0 | 0 | 0,02 | 12 | 8 | 39 | 0,7 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | итого за обед | 910 | 89,00 | 38 | 36 | 122 | 964 | | | | | | | | |
| зав.столовой Янгаева Е.А. | | | | | | | | | | | | | | | |

Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1 имени В.П. Полякова»
города Сорочинска Оренбургской области

Ежедневное меню

Дата: 11 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 4

| № р-ры | Наименование блюд | Выход 12-17 л | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | Витамины | | | | Минеральные вещества | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Завтрак | | | | | | | B1 | C | A | E | Ca | Mg | P | Fe |
| № 74 | Каша "Дружба" | 200 | 15,91 | 18,43 | 13,61 | 4 | 287,81 | 0,11 | 0,11 | 0,08 | 0,04 | 166,67 | 46,93 | 193,33 | 0,53 |
| № 33 | Чай с сахаром | 200 | 2,67 | 1,16 | | 21,02 | 116,19 | | | | | 1 | | | 0,1 |
| ГОСТ 26983-2015 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 1,2 | 0,4 | 1,1 | 24 | 0,08 | 0 | 0 | 0,4 | 9,2 | 13,2 | 33,6 | 0,76 |
| ТР ТС 021/2011 | Яблоко | 100 | 18,00 | 0,2 | 0,2 | 14 | 150 | 0,02 | 5 | 2,5 | 0,1 | 8 | 0,2 | 4,5 | 1,1 |
| ГОСТ32260- | Сыр | 20 | 9,40 | 4,6 | 5,7 | 0 | 72,8 | 0,06 | 0,1 | 0 | 0 | 133,28 | 0,2 | 4,5 | 0,87 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | итого за завтрак | 560 | 48,54 | 26 | 20 | 40 | 651 | | | | | | | | |
| | Доп. питание ОВЗ | | | | | | | | | | | | | | |
| ГОСТ 24901-2014 | Кондитесркое изделие | 50 | 10,00 | 11 | 1,45 | 40 | 70 | 0,24 | | | 1,2 | 27,6 | 100,8 | 39,6 | 2,28 |
| ТР ТС 021/2011 | Яблоко | 100 | 12,76 | 0 | 0 | 10 | 70 | 0 | 5 | 3 | 0 | 8 | 0 | 5 | 1 |
| | итого за завтрак ОВЗ | 710 | 71,30 | 37 | 22 | 90 | 791 | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | |
| №54-11з | Салат из моркови и яблок | 100 | 5,05 | 0,7 | 8,1 | 5,7 | 99 | 0,04 | 4 | 977 | 0,03 | 18 | 21 | 30 | 0,8 |
| № 38 | Суп-лапша с курицей | 250 | 11,20 | 8,1 | 6,3 | 33,24 | 238,61 | 0,10 | 0,40 | 0,70 | 0,10 | 31,60 | 14,50 | 95,30 | 1,20 |
| № 50 | Бефстроганов из мяса | 100 | 15,65 | 2,01 | 13,16 | 30,72 | 328 | 0,00 | 0,92 | 0,36 | 4,36 | 97,46 | 23,28 | 193,82 | 1,46 |
| № 6 | Капуста тушеная | 200 | 5,38 | 1,5 | 10,57 | 13,09 | 45,9 | 0 | 31,6 | 0,13 | 1,2 | 80,53 | 29,04 | 56,77 | 1,81 |
| № 61 | Сок фруктовый | 200 | 8,00 | 1 | 0 | 20,2 | 184,8 | 0,02 | 4 | 0,02 | 0,2 | 14 | 8 | 14 | 2,8 |
| ГОСТ 24901-2014 | Кондитесркое изделие | 50 | 6,00 | 11 | 1,45 | 40 | 70 | 0,24 | | | 1,2 | 27,6 | 100,8 | 39,6 | 2,28 |
| ГОСТ 26983-2015 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 1,2 | 0,4 | 1,1 | 24 | 0,08 | 0 | 0 | 0,4 | 9,2 | 13,2 | 33,6 | 0,76 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | итого за обед | 940 | 53,84 | 26 | 40 | 144 | 990 | | | | | | | | |
| зав.столовой Янгаева Е.А. | | | | | | | | | | | | | | | |