Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

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

Ежедневное меню

Дата: 12 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 2
День: 9

№ 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
№ 42	Овощи тушёные	200	7,06	2,04	10,43	22	120	0,23	0,32	0,06	1,45	87,69	32,51	213,6	2,43
№ 49	Биточки мясные запеченные	100	35,79	12,2	5	18,15	219,8	0	0,27	0	1,6	97,87	68,8	234,7	1,6
ГОСТ 24901-2014	Кондитерское изделие	50	11	1,2	1,45	24	108	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28
№ 35	Компот из смеси сухофруктов	200	3,96	1	0	20,2	114,6	0,02	4	0,02	0,2	14	8	14	2,8
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 завтрак	590	60,37	18	17	85	586								
	Доп. питание ОВЗ														
ТР ТС 021/2011	Фрукты	100	10,93	0	0	10	70	0	5	3	0	8	0	5	1
	итого за завтрак ОВЗ	690	71,30	18	17	95	656								
	Обед														
№ 21	Салат из картофеля с солёными огурцами с маслом растительным	100	3,53	4,4	8,8	18,8	55,9	0	3,3	31,5	2,2	144,1	2,2	98,3	1,2
№ 75	Свекольник с мясом	250	8,27	1,93	6,34	19,05	278,4	0,05	6,95			31,3			1,32
№ 50	Бефстроганов из мяса	100	15,16	10,66	18,5	22	304,2	0	1,34	0	0	11,16	5,16	22,84	0,34
№ 10	Каша перловая рассыпчатая с	200	7,06	17,73	2,99	54,85	206	0,067	0	0	0	52,87	35,17	268,8	1,59
№ 13	Компот из свежих яблок	200	5,16	0,16	0,16	16,88	33,1	0,01	0,9	0,01	0,1	14,18	5,14	4,4	0,95
ТР ТС 021/2011	Фрукты	100	24,2	0,2	0,2	10	51	0,015	5	2,5	0,1	8	0,2	4,5	1,1
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	40	2,56	1,2	0,4	1,1	21	0,08	0	0	0,4	9,2	13,2	33,6	0,76
	итого за обед	990	65,94	36	37	143	950								
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: 12 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 2
День: 9

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
								B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
	Завтрак														
№54-8г	Капуста тушеная	150	4,83	3,6	4,5	14,6	113,5	0,03	31	124,7	0,06	144	32	62	1,1
№54-6м	Биточки из говядины	75	36,44	13,7	13	12,3	221,4	0,05	0	16,59	0,12	30	19	137	1,8
№54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	3,18	0,5	0	19,8	81	0	0	15	0	108	2	4	0,1
ТР ТС 021/2011	Банан	145	14,4	2,2	0,7	30,5	137	0,06	14,5	29	0,07	11,6	60,9	40,6	0,87
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	40	2,56	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	0,01	8	5,6	26	0.44
	итого за завтрак	610	61,41	23	19	97	647								
	Доп. питание ОВЗ														
ГОСТ 24901-2014	Хлеб ржаной	35	2,03	2,3	0,4	11,7	59,8	0,05	0	0	0,02	10,5	14,1	47,4	1,17
	Сок	165	7,86	0,8	0	21	87,1	0,02	4	0	0,02	14	8	14	2,8
	итого за завтрак ОВЗ	810	71,30	26	19	130	794								
	Обед														
№ 54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	3,67	1,5	6,1	6,2	85,8	0,02	35	122,3	0,03	41	15	29	0,5
№ 54-23с	Свекольник	200	9,77	4,6	2,7	10,9	85,8	0,04	5	98,61	0,04	24	21	45	1
№ 54-6о	Яйцо вареное	40	7,00	4,8	4	0,3	56,6	0,02	0	62,4	0,14	19	4	67	0,9
№ 54-5г	Каша перловая рассыпчатая	180	7,06	5,3	6,3	36,6	224,5	5	0	24,3	0,04	67	21	170	0,9
№54-4м	Котлета натуральная из	80	37,89	14,6	13,9	13,1	236,2	0,06	0,1	17,7	0,12	31,92	20,94	146,8	2,06
№54-32хн	Компот из свежих яблок	180	5,16	0,1	0,1	8,9	37,4	0,01	2	1,2	0,01	58	3	4	0,8
ТР ТС	Апельсин	110	14,79	1	0,2	8,9	41,6	0,05	72	9,6	0,04	40,8	15,6	227,6	0,36
ГОСТ 24901-2014	Хлеб ржаной	30	1,74	2	0,4	10	51,2	0,05	0	0	0,02	10,5	14,1	47,4	1,17
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	30	1,92	2,3	0,2	14,8	70,3	0,03	0	0	0,01	6	4,2	19,5	0,33
	итого за обед	910	89,00	36	34	110	889								
зав.столовой Янгаева Е.А.															