Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

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

Ежедневное меню

Дата: 13 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 2
День: 12

№ 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
№ 5	Рыба тушеная в томат.соусе	100	15,94	8,2	11,36	23	180	0	0,6	0	0	14	22	182	2,8
№ 4	Пюре гороховое	200	5,98	15,07	11,27	25	196	1	0	1,55	0	143	131,3	406,4	8,36
№ 25	Соус красный основной	50	2,63	1,3	2,4	14,2	98	0,075	0,04	0,028	0,15	7,9	3	5,32	0,48
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	40	2,56	1,2	0,4	1,1	24	0,08	0	0	1,32	21	28,2	94,8	2,34
№ 33	Чай с сахаром	200	3,06	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	1,4	2,8	0,28
ТР ТС 021/2011	Апельсин	100	28,64	0,2	0,2	10	119	0,015	5	2,5	0,1	8	0,2	4,5	1,1
	итого за завтрак	690	58,81	26	26	88	677								
	Доп. питание ОВЗ														
ТР ТС 021/2011	Фрукты	100	12,49	0	0	10	70	0	5	3	0	8	0	5	1
	итого за завтрак ОВЗ	790	71,30	26	26	98	747								
	Обед														
№ 41	Салат из свеклы с маслом	100	2,81	2,74	3	8,8	69,5	0,08	3,38	0,98	0,08	19,6	24,18	65,36	0,9
№ 29	Суп с рыбными консервами	250	17,81	9,75	10,5	30	298,5	0,7,5	0,01	0,05	0	40,3	19,9	38,8	0,8
№ 52	Картофель тушёный с мясом	200	29,61	12,99	13	36	396	0,18	9,68	0,24		43,6	294	60,75	5,53
ГОСТ 24901-2014	Печенье	50	7,50	1,2	1,45	40	70	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28
№384	Кисель из концентрата	200	3,76	0	0	24,6	91	0	0	0	0	0,7	0	0	0,1
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	40	2,56	1,2	0,4	1,1	24	0,08	0	0	1,32	21	28,2	94,8	2,34
	итого за обед	840	64,05	28	28	141	949								

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: 13 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 2
День: 12

№ 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
№54-11р	Рыба тушёная в томате с	90	22,94	12,5	6,7	5,7	132,5	0,01	3	316,1	0,09	54	57	209	1,1
№54-21г	Горошница	150	15,25	14,5	1,3	33,8	204,8	0,047	0	0,96	0,1	133,3	74,57	229,3	4,74
№ 54-3соус	Соус красный основной	50	7	1,6	1,2	4,5	35,3	0	1	64,08	0	5	5	12	0,2
№54-2гн	Чай с сахаром	200	7,06	0,2	0	6,4	26,8	0	0	0,3	0,01	66	4	7	0,7
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	60	4,84	4,6	0,5	29,5	140,6	0,07	0	0	0,02	12	8	39	0,7
ГОСТ 24901-2014	Хлеб ржаной	40	4,32	2,6	0,5	13,4	68,3	0,07	0	0	0,03	14	19	63	1,6
	итого за завтрак	590	61,41	36	10	93	608								
	Доп. питание ОВЗ														
	Сок	200	9,89	0,8	0	20,3	84,5	0,02	4	0	0,02	14	8	14	2,8
	итого за завтрак ОВЗ	790	71,30	37	10	114	693								
	Обед														
№54-13з	Салат из свеклы отварной	60	2,64	0,8	2,7	4,6	45,7	0,01	2	0,68	0,02	20	11	21	0,7
№ 54-27с	Суп с рыбными консервами	200	14,25	5,9	6,8	12,5	134,6	0,07	4	154,7	0,04	61	22	92	0,7
№ 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
№ 54-6	Рис отварной	150	7,24	3,6	4,8	36,4	203,5	0,03	0	18,36	0,03	106,7	23,59	72,57	0,49
№ 54-2м	Гуляш из говядины	80	32,72	13,6	13,2	3,1	185,7	0,03	1	20,37	0,09	45	18	133	1,9
№54-25хн	Кисель	200	3,76	0,1	0	14	56,8	0	1	0	0	63	3	6	0,1
ТР ТС 021/2011	Яблоко	120	17,55	0,5	0,5	11,8	53,3	0,04	12	6	0,02	19,2	10,8	13,2	2,64
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	34	33	112	877								
зав.столовой Янгаева Е.А.															