

Утверждаю

Директор

О.Н. Такмурзина



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

Ежедневное меню

Дата: 18 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 3

№ п-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калл	Витамины				Минеральные вещества				
								В1	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe	
	Завтрак															
№54-4м	Котлета натуральная из говядины	75	35,23	13,7	13	12,3	221,5	0,05	0	16,59	0,12	30	19	137	1,8	
№54-4м	Рис отварной с овощами	150	7,25	3,6	4,8	36,4	203,5	0,03	0	18,36	0,03	106,7	23,59	72,57	0,49	
ТР ТС 021/2011	Яблоко	120	15,00	0,5	0,5	11,8	53,3	0,04	12	6	0,02	19,2	10,8	13,2	2,64	
№54-2гн	Чай с сахаром	200	1,37	0,2	0	6,4	26,8	0	0	0,3	0,01	66	4	7	0,7	
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	60	2,56	4,6	0,5	29,5	140,6	0,07	0	0	0,02	12	8	39	0,7	
	итого за завтрак	605	61,41	23	19	96	646									
	Доп. питание ОВЗ															
200	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	805	71,30	23	19	117	730									
	Обед															
№54-13з	Салат из свеклы отварной	60	2,21	0,8	2,7	4,6	45,7	0,01	2	0,68	0,02	20	11	21	0,7	
№54-5с	Суп из овощей с фрикадельками	180	17,03	7,8	5,5	12,5	130,4	0,07	6	92,2	0,07	16	22	82	1,2	
№54-1м	Бефстроганов из говядины	80	33,59	12	12,4	1,9	167,4	0,03	0	85,74	0,1	50	16	122	1,5	
№54-1г	Макаронные отварные с маслом сливочным	150	5,45	5,3	4,9	32,8	196,8	0,06	0	18,36	0,03	106	7	41	0,7	
№54-32хн	Компот из свежих яблок	200	5,16	0,2	0,1	9,9	41,6	0,01	2	1,2	0,01	58	3	4	0,8	
ТР ТС 021/2011	Банан	100	12,00	1,5	0,5	21	94,5	0,04	10	20	0,05	8	42	28	0,6	
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	
ТР ТС 021/2011	Апельсин	100	11,00	0,9	0,2	8,1	37,8	0,04	60	8	0,03	34	113	23	0,3	
	итого за обед	910	89,00	32	27	111	808									
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: 18 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 3

№ п-ры	Наименование блюд	Выход 12-17 л	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калл	Витамины				Минеральные вещества				
								В1	С	А	Е	Ca	Mg	P	Fe	
	Завтрак															
№ 14	Котлета натуральная из мяса	100	38,04	10,21	17,5	29	287	0	1,34	0	0	11,16	5,16	22,84	0,34	
№ 73	Рис отварной с овощами	200	8,98	4	5,75	35	236	0,033	0	0	0	1,8	32,51	0	0,69	
ГОСТ 24901-2014	Кондитерское изделие	50	10,00	1,1	1,45	1,2	70	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28	
№ 33	Чай с сахаром	200	3,06	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	1,4	2,8	0,28	
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 завтрак	590	62,64	17	25	81	677									
	Доп. питание ОВЗ															
ГОСТ 24901-2014	Кондитерское изделие	50	8,66	1,1	1,45	1,2	70	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28	
	итого за завтрак ОВЗ	640	71,30	18	27	83	747									
	Обед															
№54-13з	Салат из свеклы отварной	100	2,80	0,8	2,7	4,6	45,7	0,01	2	0,68	0,02	20	11	21	0,7	
№ 37	Суп пшеничный с мясом «Кулеш»	250	7,31	3	8,5	10	250	0,1	0,6	0	0,3	20	22,8	60,4	0,9	
№ 50	Бефстроганов из мяса	100	15,11	10	8	30	227,8	0	1,34	0	0	11,16	5,16	22,84	0,34	
№ 15	Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,95	7,36	6	20	250	0,08				12,42			0,98	
№ 13	Компот из свежих яблок	200	5,16	0,16	0,16	27,88	43	0,01	0,9	0,01	0,1	14,18	5,14	4,4	0,95	
ТР ТС	Яблоко	100	22,00	12	1,45	40	105	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	970	60,89	35	27	134	946									
зав.столовой Янгаева Е.А.																