Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

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

Ежедневное меню

Дата: 20 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 2

№ 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
№ 54-6к	Каша вязкая молочная пшённая	180	11,18	7,5	9,1	33,9	247,4	0,17	0	37,47	0,13	129	43	167	1,2
№ 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
№ 54-21гн	Какао с молоком	200	9,75	4,7	3,5	12,5	100,4	0,04	1	17,25	0,17	168	34	130	1,1
	Апельсин	140	16,82	1,3	0,3	11,3	52,9	0,06	84	11,2	0,04	47,6	18,2	32,2	0,42
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
№ 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	28	26	78	659								
	Доп. питание ОВЗ														
	Сок	180	9,89	0,9	0	22,9	95	0,02	4	0	0,02	14	8	14	2,8
	итого за завтрак ОВЗ	810	71,30	29	26	101	754								
	Обед														
№ 54-1з	Сыр	30	14,10	7	8,9	0	107,5	0,01	0	78	0,09	264	11	150	0,3
№ 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
№54-11с	Суп крестьянский рисовый	200	15,77	5	5,8	11,3	116,9	0,03	6	103,3	0,03	26	15	39	0,5
№54-11р	Рыба тушёная в томате с овощами	100	16,89	13,9	7,4	6,3	147,3	0,01	3	316,1	0,09	54	57	209	1,1
№54-21г	Горошница	160	6,53	15,4	1,4	36	218,5	0,047	0	0,96	0,1	133,3	74,57	229,3	4,74
№54-25хн	Кисель	200	5,25	0,1	0	14	56,8	0	1	0	0	63	3	6	0,1
	Апельсин	120	24,23	1,1	0,2	9,7	45,4	0,05	72	9,6	0,04	40,8	15,6	227,6	0,36
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 обед	910	89,00	47	30	103	872								

зав.столовой Янгаева Е.А.

Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

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

Ежедневное меню

Дата: 20 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 2

№ 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
№ 3	Каша пшённая молочная вязкая с маслом сливочным	200	11,18	2	8	10	220	0,144	0,555	0,015	0,1	138	71,1	10,6	0,08
№ 2	Какао с молоком	200	8,18	5,8	5,8	34,4	205,6	1,59	0,06	0,19	0,17	152	21,34	124,6	0,48
ТР ТС 021/2011	Апельсин	100	23,10	0,2	0,2	10	127,8	0,015	5	2,5	0,1	8	0,2	4,5	1,1
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	40	2,56	2,84	0,4	2,9	24	0,08	0	0	0,4	9,2	13,2	33,6	0,76
ГОСТ	Сыр	20	9,40	4,6	5,9	0	72,8	0,06	0,1	0	0	133	0,2	4,5	0,87
	итого за завтрак	560	54,42	15	20	57	650								
	Доп. питание ОВЗ														
ТР ТС 021/2011	Фрукты	100	16,88	0	0	10	70	0	5	3	0	8	0	5	1
	итого за завтрак ОВЗ	660	71,30	16	21	67	720								
	Обед														
№ 54-7з	Салат из белокочанной капусты	100	2,89	1,5	6,1	6,2	85,8	0,02	35	122,3	0,03	41	15	29	0,5
№ 28	Суп рисовый с мясом	250	11,37	2,2	10	14,9	316	0,09	8,25	0,06	0,99	26,7	22,78	55,98	0,88
№ 5	Рыба тушёная	100	15,94	13	10,2	28,9	213	0,2	0,6	0,2	1,2	79,6	64,8	280,2	1,20
№ 22	Соус красный основной	50	1,76	1,3	2,4	14,2	50	0,075	0,04	0,028	0,15	7,9	3	5,32	0,48
№ 4	Пюре гороховое	180	6,00	12	7,2	36,7	81	0,75	0	1,16	0	107	98,53	305,3	6,27
№ 9	Кисель из концентрата плод./ягод.	200	3,76	1,36		22,02	106,19					1			0,1
ГОСТ 24901-2014	Кондитерское изделие	50	10,00	4,39	0,45	21	68	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	40	2,56	2,84	0,4	22,3	24	0,08	0	0	0,4	9,2	13,2	33,6	0,76
	итого за обед	970	54,28	39	37	166	944								

зав.столовой Янгаева Е.А.