

Утверждаю

Директор

О.Н. Таимурзина



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

Дата: 21 сентября 2023  
Сезон: осенне-зимний  
Неделя: 1  
День: 1

№ п-ры	Наименование блюд	Выход 7-11 л	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Калл	Витамины				Минеральные вещества				
								В1	С	А	Е	Са	Mg	P	Fe	
	Завтрак															
№ 54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	100	6,98	5,5	4,2	24	155,8	0,14	0	12,79	0,07	31,08	80,1	120,6	2,7	
№ 54-2м	Гуляш из говядины	80	33,97	13,6	13,2	3,1	185,7	0,03	1	20,37	0,09	45	18	133	1,9	
№ 54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	2,36	0,2	0,1	6,6	27,9	0	1	0,38	0,01	66	5	8	0,7	
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	60	4,08	4,6	0,5	29,5	140,6	0,07	0	0	0,02	12	8	39	0,7	
	Хлеб ржаной	40	2,32	2,6	0,5	13,4	68,3	0,07	0	0	0,03	14	19	63	1,6	
ТР ТС 021/2011	Яблоко	140	11,70	1,3	0,3	11,3	52,9	0,06	84	11,2	0,04	47,6	18,2	32,2	0,42	
	итого за завтрак	620	61,41	28	19	88	631									
	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	800	71,30	29	19	111	726									
	Обед															
№ 54-1з	Сыр твердых сортов внарезке	25	11,75	5,8	7,4	0	89,6	0,01	0,17	65	0,07	220	8,75	125	0,25	
№ 54-11з	Салат из моркови и яблок	80	4,49	0,7	8,1	5,7	99	0,04	4	977,2	0,03	18	21	30	0,8	
№ 54-19с	Борщ с фасолью	200	9,21	3,1	5,1	12,3	107,5	0,05	4	110,4	0,04	0	0	0	12	
№ 54-6г	Рис отварной	180	8,41	4,3	5,8	43,7	244,2	0,04	0	22,03	0,03	127,9	28,3	87,08	0,59	
№ 54-16м	Тефтели из говядины с рисом	70	31,27	10,1	10,2	5,7	155,3	0,02	0	1,29	0,07	17	15	108	1,3	
	Сок	200	8,00	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	0,02	14	8	14	2,8	
ТР ТС 021/2011	Яблоко	100	12,35	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	10	5	0,02	16	9	11	2,2	
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	55	3,52	4,2	0,4	27,1	128,9	0,06	0	0	0,02	11	7,7	35,75	0,61	
	итого за обед	910	89,00	30	38	125	956									
зав.столовой Янгаева Е.А.																

