Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

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

Ежедневное меню

Дата: 27 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 3

№ 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
№54-4м	Котлета натуральная из говядины	75	34,56	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	7,24	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	Банан	120	14,40	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	3,84	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	11,24	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	33,15	12	12,4	1,9	167,4	0,03	0	85,74	0,1	50	16	122	1,5
№54-1г	Макароны отварные с маслом сливочным	150	4,72	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	2,07	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	15,60	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	17,45	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: 27 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 3

№ 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
№ 14	Котлета натуральная из мяса	100	38,00	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	2,31	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	61,85	17	25	81	677								
	Доп. питание ОВЗ														
ГОСТ 24901-2014	Кондитерское изделие	50	9,45	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	5,34	0,8	2,7	4,6	45,7	0,01	2	0,68	0,02	20	11	21	0,7
№ 37	Суп пшенный с мясом «Кулеш»	250	7,61	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	8,00	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	Апельсин	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	66,57	35	27	134	946								
зав.столовой Янгаева Е.А.															