Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

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

Ежедневное меню

Дата: 28 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 2
День: 8

№ 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
№ 54-27к	Каша манная молочная	200	14,45	5,3	5,7	25,3	174,2	0,06	1	27,49	0,14	142	17	102	0,3
№ 54-21гн	Какао с молоком	200	13,79	4,7	3,5	12,5	100,4	0,04	1	17,25	0,17	168	34	130	1,1
ТР ТС 021/2011	Яблоко	120	15,23	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
№ 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	610	61,41	22	19	79	576								
	Доп. питание ОВЗ														
	Сок	200	9,89	0,8	0	21	87,1	0,02	4	0	0,02	14	8	14	2,8
	итого за завтрак ОВЗ	810	71,30	23	19	100	663								
	Обед														
№ 54-1з	Сыр	30	14,10	7	8,9	0	107,5	0,01	0	78	0,09	264	11	150	0,3
№ 54-24с	Суп картофельный с макаронами	200	7,97	4,8	2,2	15,5	100,9	0,06	5	97,15	3	11	17	44	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
№ 54-4	Каша гречневая рассыпчатая	200	6,54	11	8,5	47,9	311,6	0,28	0	25,58	0,16	62,15	160,2	241,3	5,4
№ 54-2м	Гуляш из говядины	80	27,76	13,6	13,2	3,1	185,7	0,03	1	20,37	0,09	45	18	133	1,9
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
ГОСТ 24901-2014	Хлеб ржаной	40	2,32	2,6	0,5	13,4	68,3	0,07	0	0	0,03	14	19	63	1,6
	Чай без сахара	180	0,75												
ТР ТС 021/2011	Яблоко	100	9,00	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	10	5	0,02	16	9	11	2,2
ТР ТС 021/2011	Апельсин	120	11,00	1,1	0,2	9,7	45,4	0,05	72	9,6	0,04	40,8	15,6	227,6	0,36
	итого за обед	1030	89,00	48	38	119	1014								
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: 28 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 2
День: 8

№ р-ры	Наименование блюд	Выход 12-17 л	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
								B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
	Завтрак														
№ 44	Каша манная молочная вязкая с	210	14,24	11,53	12,03	13	300,9	0,082	0,573			135,6			0,512
№ 2	Какао с молоком	200	11,69	4,8	4,8	30,40	189,6	1,59	0,06	0,19	0,17	152,2	21,34	124,6	0,48
ТР ТС 021/2011	Апельсин	100	22,00	0,2	0,2	16,28	120	0,015	5	2,5	0,1	8	0,2	4,5	1,1
ГОСТ 26983-2015	Хлеб пшеничный	40	2,56	1,2	0,4	1,1	23	0,08	0	0	0,4	9,2	13,2	33,6	0,76
№ 64	Яйцо варёное	40	7,00	5,1	4,6	0,3	42,8	0,03	0	0	0	22	0	0	1
	итого за завтрак	590	57,49	23	22	61	676								
	Доп. питание ОВЗ														
ТР ТС 021/2011	Кондитерское изделие	60	13,81	0	0	10	70	0	5	3	0	8	0	5	1
	итого за завтрак ОВЗ	650	71,30	23	22	71	746								
	Обед														
№ 56	Салат из моркови с сахаром с маслом растительным	100	3,16	2,74	7,08	18,8	38,9	0,08	3,38	0,98	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 53	Суп из овощей с мясом	250	10,59	1,8	6	19,64	202	0,1	8,5	0,1	0,09	30,1	21,1	47,3	1,00
№ 5	Рыба тушёная	100	15,67	9,81	3	31	261	0,2	0,6	0,2	1,2	79,6	64,8	280,2	1,20
№ 4	Пюре гороховое	200	5,38	10,8	8,33	45,76	300,9	0,75	0	1,16	0	107,5	98,53	305,3	6,27
№ 9	Кисель из концентрата	200	6,73	1,36	0	22,02	69,9					1			0,1
ГОСТ 24901	Кондитерское изделие	50	7,50	0,2	0,2	10	70	0,015	5	2,5	0,1	8	0,2	4,5	1,1
ГОСТ 26983	Хлеб пшеничный	40	2,56	1,2	0,4	1,1	18	0,08	0	0	0,4	9,2	13,2	33,6	0,76
	итого за обед	940	51,59	28	25	148	961								
зав.столовой Янгаева Е.А.															