Утверждаю
Директор
О.Н. Такмурзина

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

Ежедневное меню

Дата: 5 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 4

№ 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
№ 54-16к	Каша "Дружба"	200	14,91	5	5,9	24	168,9	0,07	1	27,16	0,12	138	27	124	0,5
№54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	5,77	1,6	1,1	8,6	50,9	0,01	0	6,9	0,07	103	10	46	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
	Банан	140	22,79	2,1	0,7	29,4	132,3	0,06	14	28	0,07	11,2	58,8	39,2	0,84
№ 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	20	17	92	600								
	Доп. питание ОВЗ														
ТР ТС 021/2011	Яблоко	100	9,89	0	0	10	70	0	5	3	0	8	0	5	1
	итого за завтрак ОВЗ	730	71,30	21	17	102	670								
	Обед														
№ 54-11з	Салат из моркови и яблок	100	4,38	0,9	10,2	7,1	123,8	0,05	6,05	1222	0,05	22,5	25,95	37,3	1,1
№ 54-24с	Суп картофельный с макаронами	200	11,20	4,8	2,2	15,5	100,9	0,06	5	97,15	3	11	17	44	0,7
№ 54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	37,32	22	22	13,3	339,4	0,08	29	103,1	0,19	84	47	234	3,5
	Банан	110	21,94	1,7	0,6	23,1	104	0,04	11	22	0,06	8,8	46,2	30,8	0,66
	Сок фруктовый	200	8,00	1	0,2	20,2	86,6	0,02	4	0	0,02	14	8	14	2,8
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
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 обед	910	89,00	38	36	122	964								
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: 5 сентября 2023
Сезон: осенне-зимний
Неделя: 1
День: 4

№ 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
№ 74	Каша "Дружба"	200	15,91	18,43	13,61	4	287,81	0,11	0,11	0,08	0,04	166,67	46,93	193,33	0,53
№ 33	Чай с сахаром	200	2,67	1,16		21,02	116,19					1			0,1
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
ТР ТС 021/2011	Яблоко	100	18,00	0,2	0,2	14	150	0,02	5	2,5	0,1	8	0,2	4,5	1,1
ГОСТ32260-	Сыр	20	9,40	4,6	5,7	0	72,8	0,06	0,1	0	0	133,28	0,2	4,5	0,87
	итого за завтрак	560	48,54	26	20	40	651								
	Доп. питание ОВЗ														
ГОСТ 24901-2014	Кондитесркое изделие	50	10,00	11	1,45	40	70	0,24			1,2	27,6	100,8	39,6	2,28
ТР ТС 021/2011	Яблоко	100	12,76	0	0	10	70	0	5	3	0	8	0	5	1
	итого за завтрак ОВЗ	710	71,30	37	22	90	791								
	Обед														
№ 21	Салат из картофеля с солёными огурцами с маслом растительным	100	4,32	1,2	3,23	48,8	60,69	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,84
№ 38	Суп-лапша с курицей	250	11,20	8,1	6,3	33,24	238,61	0,10	0,40	0,70	0,10	31,60	14,50	95,30	1,20
№ 50	Бефстроганов из курицы	100	15,65	2,01	13,16	30,72	328	0,00	0,92	0,36	4,36	97,46	23,28	193,82	1,46
№ 6	Капуста тушеная	200	5,38	1,5	10,57	13,09	45,9	0	31,6	0,13	1,2	80,53	29,04	56,77	1,81
№ 61	Сок фруктовый	200	8,00	1	0	20,2	184,8	0,02	4	0,02	0,2	14	8	14	2,8
ГОСТ 24901-2014	Кондитесркое изделие	50	6,00	11	1,45	40	70	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	940	53,11	26	35	187	952								

зав.столовой Янгаева Е.А.