

000

"АБВР"

Столовая

МБОУ "СИ № 3"

2023 г.

2н2д

I смена

Меню основного питания
для обучающихся, питающихся только за бюджетные средства

| № | Наименование блюда | Выход (г, мл, шт.) | Цена (руб) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|---|--------------------|---------------|--------------------------------|
| Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов (на 160 руб.) | | | | |
| 1 | Тефтели рыбные в соусе (горбуша) 90/60 | 150 | 60,44 | 187 |
| 2 | Пюре картофельное | 150 | 27,34 | 123 |
| 3 | Огурцы соленые порциями | 20 | 11,03 | 2 |
| 4 | Чай с сахаром 200/10 | 210 | 4,02 | 36 |
| 5 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 15 | 2,00 | 25 |
| 6 | Булочка школьная | 50 | 9,35 | 202 |
| 7 | Свежие фрукты (мандарины) | 100 | 45,82 | 33 |
| Итого: | | 695 | 160,00 | 608 |
| Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 398 руб.) | | | | |
| Завтрак | | | | |
| 1 | Тефтели рыбные в соусе (горбуша) 90/60 | 150 | 60,44 | 187 |
| 2 | Пюре картофельное | 150 | 27,34 | 123 |
| 3 | Огурцы соленые порциями | 20 | 11,03 | 2 |
| 4 | Чай с сахаром 200/10 | 210 | 4,02 | 36 |
| 5 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 15 | 2,00 | 25 |
| 6 | Булочка школьная | 50 | 9,35 | 202 |
| 7 | Свежие фрукты (мандарины) | 100 | 45,82 | 33 |
| Итого: | | 695 | | 608 |
| Обед | | | | |
| 1 | Винегрет овощной с огурцами | 80 | 21,36 | 92 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5 | 255 | 20,80 | 75 |
| 3 | Говядина отварная (для первых блюд) | 30 | 63,58 | 86 |
| 4 | Зелень укроп, петрушка свежая | 2 | 1,80 | 1 |
| 5 | Мясо с гречневой крупой по-деревенски 50/150 | 200 | 93,87 | 392 |
| 6 | Напиток клюквенный | 200 | 28,59 | 56 |
| 7 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 30 | 4,00 | 50 |
| 8 | Хлебушек школьный (из пшеничной муки) | 30 | 4,00 | 62 |
| Итого: | | 827 | | 814 |
| Итого за день: | | 1522 | 398,00 | 1422 |
| Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 398 руб.) | | | | |
| Завтрак | | | | |
| 1 | Тефтели рыбные в соусе (горбуша) 90/60 | 150 | 60,44 | 187 |
| 2 | Пюре картофельное | 180 | 32,81 | 148 |
| 3 | Чай с сахаром 200/10 | 210 | 4,02 | 36 |
| 4 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 20 | 2,67 | 33 |
| 5 | Булочка школьная | 60 | 11,96 | 243 |
| 6 | Свежие фрукты (мандарины) | шт | 45,60 | 32 |
| Итого: | | 720 | | 679 |
| Обед | | | | |
| 1 | Винегрет овощной с огурцами | 100 | 26,69 | 115 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 18,35 | 68 |
| 3 | Говядина отварная (для первых блюд) | 20 | 42,38 | 57 |
| 4 | Зелень укроп, петрушка свежая | 1 | 0,90 | |
| 5 | Мясо с гречневой крупой по-деревенски 60/180 | 240 | 111,59 | 457 |
| 6 | Напиток клюквенный | 200 | 28,59 | 56 |
| 7 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 60 | 8,00 | 100 |
| 8 | Хлебушек школьный (из пшеничной муки) | 30 | 4,00 | 62 |
| Итого: | | 901 | | 915 |
| Итого за день: | | 1621 | 398,00 | 1594 |
| Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов (на 48,28 руб.) | | | | |
| 1 | Бутерброд с сыром | 65 | 44,26 | 162 |
| 2 | Чай с сахаром | 210 | 4,02 | 36 |
| Итого: | | | 48,28 | 198 |

Директор МБОУ "
Зав. производством:
Экономист по ценам



Меню основного питания
 для обучающихся, питающихся только за бюджетные средства

| № | Наименование блюда | Выход (г, мл, шт.) | Цена (руб) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--|--------------------|---------------|--------------------------------|
| Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов (на 160 руб.) | | | | |
| 1 | Тефтели рыбные в соусе (горбуша) 90/60 | 150 | 60,44 | 187 |
| 2 | Пюре картофельное | 150 | 27,34 | 123 |
| 3 | Огурцы соленые порциями | 20 | 11,03 | 2 |
| 4 | Чай с сахаром 200/10 | 210 | 4,02 | 36 |
| 5 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 15 | 2,00 | 25 |
| 6 | Булочка школьная | 50 | 9,35 | 202 |
| 7 | Свежие фрукты (мандарины) | 100 | 45,82 | 33 |
| Итого: | | 695 | 160,00 | 608 |
| Комплекс горячего питания для обучающихся 1-4 классов льготной категории (на 398 руб.) | | | | |
| Обед | | | | |
| 1 | Винегрет овощной с огурцами | 80 | 21,36 | 92 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной отварной (для первых блюд) 250/30 | 280 | 82,35 | 154 |
| 4 | Зелень укроп, петрушка свежая | 1 | 0,90 | |
| 5 | Мясо с гречневой крупой по-деревенски | 200 | 93,87 | 392 |
| 6 | Напиток клюквенный | 200 | 28,59 | 56 |
| 7 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 30 | 4,00 | 50 |
| 8 | Хлебушек школьный (из пшеничной муки) | 30 | 4,00 | 62 |
| Итого: | | 821 | | 806 |
| Полдник | | | | |
| 1 | Йогурт питьевой | 200 | 40,64 | 115 |
| 2 | Булочка «Романтика» с творогом | 100 | 36,15 | 319 |
| 3 | Свежие фрукты (апельсины) | 200 | 86,14 | 74 |
| Итого: | | 500 | | 508 |
| Итого за день: | | 1350 | 398,00 | 1314 |
| Комплекс горячего питания для обучающихся 5-11 классов льготной категории (на 398 руб.) | | | | |
| Обед | | | | |
| 1 | Винегрет овощной с огурцами | 120 | 32,03 | 138 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, зеленью 250/10/3 | 263 | 26,16 | 82 |
| 3 | Говядина отварная (для первых блюд) | 20 | 42,38 | 57 |
| 4 | Мясо с гречневой крупой по-деревенски 75/180 | 255 | 134,23 | 503 |
| 5 | Напиток клюквенный | 200 | 28,59 | 56 |
| 6 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 60 | 8,00 | 100 |
| 7 | Хлебушек школьный (из пшеничной муки) | 30 | 4,00 | 62 |
| Итого: | | 948 | | 998 |
| Полдник | | | | |
| 1 | Йогурт питьевой | 200 | 40,64 | 115 |
| 2 | Булочка «Романтика» с творогом | 100 | 36,15 | 319 |
| 3 | Свежие фрукты (мандарины) | 100 | 45,82 | 33 |
| Итого: | | 400 | | 467 |
| Итого за день: | | 1348 | 398,00 | 1465 |
| Комплекс питания для обучающихся 5-11 классов (на 48,28 руб) | | | | |
| 1 | Бутерброд с сырной начинкой 40 | 65 | 44,26 | 162 |
| 2 | Чай с сахаром 200/10 | 210 | 4,02 | 36 |
| Итого: | | | 48,28 | 198 |

Директор МБОУ "
 Зав. производством:
 Экономист по ценам



Селева
Селева
Селева

Меню основного питания
 для обучающихся, питающихся за счет бюджетных средств и родительской платы

| № | Наименование блюда | Выход (г, мл, шт.) | Цена (руб) | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--|--------------------|---------------|--------------------------------|
| Завтрак для обучающихся 5-11 классов | | | | |
| 1 | Тефтели рыбные в соусе (горбуша) 90/60 | 150 | 60,44 | 187 |
| 2 | Пюре картофельное | 180 | 32,81 | 148 |
| 3 | Чай с сахаром 200/10 | 210 | 4,02 | 36 |
| 4 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 20 | 2,67 | 33 |
| 5 | Булочка школьная | 60 | 11,96 | 243 |
| 6 | Свежие фрукты (мандарины) | 1шт | 46,10 | 33 |
| | Итого: | 720 | 158,00 | 680 |
| Обед для обучающихся 5-11 классов | | | | |
| 1 | Винегрет овощной с огурцами | 100 | 26,69 | 115 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, зеленью 250/5/3 | 258 | 24,22 | 76 |
| 3 | Котлеты московские | 100 | 96,21 | 190 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 21,00 | 253 |
| 5 | Напиток «Садовая ягода» | 200 | 17,21 | 50 |
| 6 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 60 | 8,00 | 100 |
| 7 | Хлебушек школьный (из пшеничной муки) | 50 | 6,67 | 104 |
| | Итого: | 948 | 200,00 | 888 |
| Обед для обучающихся 1-4 классов ГПД | | | | |
| 1 | Винегрет овощной с огурцами | 80 | 21,36 | 92 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/10 | 210 | 18,99 | 68 |
| 3 | Зелень укроп, петрушка свежая | 1 | 0,90 | |
| 4 | Мясо с гречневой крупой по-деревенски | 200 | 93,87 | 392 |
| 5 | Напиток «Садовая ягода» | 200 | 17,21 | 50 |
| 6 | Хлеб «Полезный» (из ржано-пшеничной муки) | 30 | 4,00 | 104 |
| 7 | Хлебушек школьный (из пшеничной муки) | 50 | 6,67 | 50 |
| | Итого: | 771 | 163,00 | 756 |
| Полдник | | | | |
| 1 | Пирог манный | 110 | 33,83 | 318 |
| 2 | Напиток растворимый с молоком | 200 | 13,17 | 57 |
| | Итого: | 310 | 47,00 | 375 |

Директор МБОУ "
 Зав. производством:
 Экономист по ценам



С.А. Демидов
 12.12.2023