

Школа МБОУ Самарская СОШ

Утвердил: директор

Ежедневное меню приготовляемых блюд

Ф.И.О. Горбунова Рада Александровна

Возраст Завтрак для обучающихся 1-4 классов в первую смену на 79,53 руб

дата 14 ноября 2024

Семья 14 ноября 2024

| Неделя | День недели | Прямая пища | Раздел меню | Блюдо | Вес блюда, г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | № рецептуры | |
|--|-------------|-------------|-------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|
| 2 | 4 | Завтрак | 2-е блюдо | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 90 | 14,75 | 5,93 | 5,39 | 134,92 | 241 | |
| | | | | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 160 | 3,32 | 18,36 | 22,34 | 268,22 | 128 | |
| | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4,03 | 0,88 | 26,00 | 127,81 | 449,1 | |
| | | | | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0,00 | 14,52 | 58,05 | 430 | |
| Итого за день | | | | | 500 | 22,1 | 25,17 | 68,25 | 589 | | |
| Завтрак для обучающихся в первую смену дети из малоимущих семей с 12-18 лет на 102 руб. | | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Завтрак | 2-е блюдо | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 100 | 16,38 | 6,59 | 5,99 | 149,85 | 241 | |
| | | | | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 | 3,74 | 20,68 | 25,14 | 302,06 | 128 | |
| | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,65 | 1,26 | 36,40 | 179,34 | 449,1 | |
| | | | | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0,00 | 14,52 | 58,05 | 430 | |
| Итого за день | | | | | 550 | 25,77 | 28,53 | 82,05 | 689,3 | | |
| Обед для обучающихся во вторую смену дети из малоимущих семей с 12-18 лет на 138 руб. | | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Обед | 1-е блюдо | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 1,87 | 5,05 | 9,19 | 90,67 | 88 | |
| | | | | 2-е блюдо | БИТОЧКИ С СОУСОМ | 130 | 21,32 | 33,98 | 23,83 | 490,63 | 268,1 |
| | | | | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180 | 6,14 | 7,52 | 39,19 | 248,55 | 203 |
| | | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ | 50 | 3,91 | 1,05 | 25,22 | 125,81 | 449,2 |
| | | | | | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 349 |
| Итого за день | | | | | 810 | 33,24 | 47,6 | 118,58 | 1032,73 | | |
| Завтрак-обед для детей ОВЗ 1-4 класс на 156,41 руб. | | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Завтрак | 2-е блюдо | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 90 | 14,75 | 5,93 | 5,39 | 134,92 | 241 | |
| | | | | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 160 | 3,3 | 18,20 | 22,36 | 266,89 | 128 | |
| | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 4,03 | 0,88 | 26,00 | 127,81 | 449,1 | |
| | | | | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0,00 | 14,52 | 58,05 | 430 | |
| 2 | 4 | Обед | 1-е блюдо | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 1,5 | 4,04 | 7,35 | 72,54 | 88 | |
| | | | | 2-е блюдо | БИТОЧКИ С СОУСОМ | 120 | 15,65 | 31,37 | 21,65 | 451,37 | 268,1 |
| | | | | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150 | 5,37 | 6,31 | 34,25 | 215,44 | 203 |
| | | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ | 50 | 3,91 | 1,05 | 25,22 | 125,81 | 449,2 |
| | | | | | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 349 |
| Итого за день | | | | | 1220 | 52,51 | 67,78 | 176,1 | 1530,24 | | |
| Завтрак, обед для детей ОВЗ с 12-18 лет на 170,81 руб. | | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Завтрак | 2-е блюдо | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 100 | 16,38 | 6,59 | 5,99 | 149,85 | 241 | |
| | | | | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 160 | 3,72 | 20,51 | 25,16 | 300,57 | 128 | |
| | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,65 | 1,26 | 36,40 | 179,34 | 449,1 | |
| | | | | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0,00 | 14,52 | 58,05 | 430 | |
| 2 | 4 | Обед | 1-е блюдо | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 1,87 | 5,05 | 9,19 | 90,67 | 88 | |
| | | | | 2-е блюдо | БИТОЧКИ С СОУСОМ | 130 | 21,34 | 33,98 | 23,83 | 490,60 | 268,1 |
| | | | | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180 | 6,19 | 7,53 | 39,46 | 250,52 | 203 |
| | | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ | 50 | 3,91 | 1,05 | 25,22 | 125,81 | 449,2 |
| | | | | | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 349 |
| Итого за день | | | | | 1380 | 58,06 | 75,87 | 199,13 | 1722,82 | | |
| Обед, полдник для детей ОВЗ с 12-18 лет на 170,81 руб. | | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Обед | 1-е блюдо | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 1,87 | 5,05 | 9,19 | 90,67 | 88 | |
| | | | | 2-е блюдо | БИТОЧКИ С СОУСОМ | 130 | 21,34 | 33,98 | 23,83 | 490,60 | 268,1 |
| | | | | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180 | 6,12 | 7,52 | 39,05 | 248,55 | 203 |
| | | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ | 50 | 3,91 | 1,05 | 25,22 | 125,81 | 449,2 |
| | | | | | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0,00 | 19,36 | 77,41 | 349 |
| 2 | 4 | Полдник | Напиток | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 0,97 | 0,19 | 19,58 | 83,42 | 389 | |
| | | | | Итого за день | | | | | 1810 | 34,21 | 47,79 |