

ООО КП "Вкус и Качество"  
 Меню на 22.09.2023 года

"Согласовано"  
 Директор школы \_\_\_\_\_ //

Обеспечение питанием обучающихся 1 Смена

| реп.                                               | Наименование блюда             | Выход   | Пищевые вещества, г |       |       | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|----------------------------------------------------|--------------------------------|---------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
|                                                    |                                |         | Б                   | Ж     | У     |                   | В1           | В2   | С     | А,мкг  | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 5, ) |                                |         |                     |       |       |                   |              |      |       |        |                          |        |       |      |
| СВ                                                 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ(1ВАР)Н/Б    | 20/20/5 | 6,66                | 9,43  | 10,35 | 152,85            | 0,03         | 0,08 | 0,14  | 66,00  | 23,00                    | 132,50 | 12,60 | 0,43 |
| СВ                                                 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (МОЛОЧНАЯ) | 200     | 8,57                | 7,68  | 42,91 | 275,69            | 0,25         | 0,17 | 1,25  | 39,20  | 131,89                   | 204,78 | 55,05 | 1,49 |
| СВ                                                 | ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"    | 200     |                     |       | 9,24  | 36,96             | 0,03         | 0,03 | 15,06 |        | 5,88                     | 4,95   | 2,64  | 0,49 |
| СВ                                                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г(140)           | 140     | 0,56                | 0,42  | 14,42 | 6,58              | 0,03         | 0,04 | 7,00  |        | 26,60                    | 22,40  | 16,80 | 3,22 |
| СВ                                                 | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ         | 20      | 1,58                | 0,20  | 9,52  | 47,20             | 0,02         | 0,01 |       |        | 4,00                     | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| Итого по подменю:                                  |                                | 91,76   | 17,37               | 17,73 | 86,44 | 519,28            | 0,36         | 0,33 | 23,45 | 105,20 | 191,37                   | 377,63 | 89,89 | 5,85 |

| Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 5, ) |                                 |         |       |       |       |        |      |      |       |        |        |        |        |      |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------|---------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|--------|--------|--------|--------|------|
| В                                                   | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ(1ВАР)Н/Б     | 20/20/5 | 6,66  | 9,43  | 10,35 | 152,85 | 0,03 | 0,08 | 0,14  | 66,00  | 23,00  | 132,50 | 12,60  | 0,43 |
| СВ                                                  | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (МОЛОЧНАЯ). | 250     | 10,71 | 9,60  | 53,64 | 344,61 | 0,31 | 0,21 | 1,56  | 49,00  | 164,86 | 255,97 | 68,81  | 1,86 |
| СВ                                                  | ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"     | 200     |       |       | 9,24  | 36,96  | 0,03 | 0,03 | 15,06 |        | 5,88   | 4,95   | 2,64   | 0,49 |
| В                                                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г(140)            | 140     | 0,56  | 0,42  | 14,42 | 6,58   | 0,03 | 0,04 | 7,00  |        | 26,60  | 22,40  | 16,80  | 3,22 |
| В                                                   | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ          | 20      | 1,58  | 0,20  | 9,52  | 47,20  | 0,02 | 0,01 |       |        | 4,00   | 13,00  | 2,80   | 0,22 |
| Итого по подменю:                                   |                                 | 102,89  | 19,51 | 19,65 | 97,17 | 588,20 | 0,42 | 0,37 | 23,76 | 115,00 | 224,34 | 428,82 | 103,65 | 6,22 |

Директор \_\_\_\_\_ /Яксун В.В./

Зав. производ. \_\_\_\_\_ / /

Калькулятор \_\_\_\_\_ / Шарафиева



ООО КП "Вкус и Качество"  
 Меню на 22.09.2023 года

"Согласовано"  
 Директор школы

Беспечение питанием обучающихся 2 Смена

| ре.                                                | Наименование блюда                       | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |       |       | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|-------|--------------------------|--------|-------|------|
|                                                    |                                          |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С     | А,мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 5, ) |                                          |       |                     |       |        |                   |              |      |       |       |                          |        |       |      |
| СВ<br>2                                            | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С<br>РАСТ.МАСЛОМ(60)ОВД | 60    | 1,05                | 3,06  | 4,15   | 48,40             | 0,02         | 0,03 | 24,64 |       | 28,35                    | 20,27  | 10,98 | 0,38 |
| СВ<br>1                                            | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.                | 200   | 7,36                | 7,14  | 12,94  | 145,74            | 0,10         | 0,13 | 13,35 | 12,00 | 30,87                    | 147,43 | 39,90 | 1,06 |
| СВ<br>2                                            | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ.               | 90    | 14,11               | 12,55 | 12,78  | 221,74            | 0,09         | 0,13 | 1,52  | 29,12 | 40,11                    | 134,47 | 18,11 | 1,09 |
| СВ<br>1                                            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ              | 150   | 5,56                | 5,01  | 36,03  | 211,48            | 0,09         | 0,03 |       | 24,00 | 16,65                    | 47,30  | 8,49  | 0,87 |
| СВ<br>1                                            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200   | 0,45                | 0,02  | 21,81  | 89,21             |              | 0,01 | 0,80  |       | 22,90                    | 15,62  | 6,12  | 1,24 |
| СВ<br>2                                            | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ                   | 20    | 1,58                | 0,20  | 9,52   | 47,20             | 0,02         | 0,01 |       |       | 4,00                     | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| СВ<br>2                                            | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                     | 20    | 1,58                | 0,12  | 8,92   | 44,24             | 0,02         | 0,01 |       |       | 4,60                     | 21,20  | 5,00  | 0,62 |
| Итого по подменю:                                  |                                          | 91,76 | 31,69               | 28,10 | 106,15 | 808,01            | 0,34         | 0,35 | 40,31 | 65,12 | 147,48                   | 399,29 | 91,40 | 5,48 |

| Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 5, ) |                                            |        |       |       |        |        |      |      |       |       |        |        |        |      |
|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|------|
| СВ<br>2                                             | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ<br>МАСЛОМ. | 100    | 1,75  | 5,10  | 6,92   | 80,66  | 0,03 | 0,04 | 41,04 |       | 47,10  | 33,75  | 18,28  | 0,63 |
| СВ<br>1                                             | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ                   | 250    | 9,20  | 8,96  | 16,19  | 182,60 | 0,12 | 0,16 | 16,74 | 15,20 | 38,71  | 184,43 | 49,94  | 1,33 |
| СВ<br>2                                             | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ КУРИНЫЕ                  | 100    | 15,69 | 13,96 | 14,20  | 246,62 | 0,10 | 0,15 | 1,69  | 32,40 | 44,46  | 149,57 | 20,14  | 1,21 |
| СВ<br>1                                             | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,               | 180    | 6,67  | 6,02  | 43,24  | 253,77 | 0,11 | 0,03 |       | 28,80 | 19,98  | 56,75  | 10,19  | 1,05 |
| СВ<br>1                                             | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 200    | 0,45  | 0,02  | 21,81  | 89,21  |      | 0,01 | 0,80  |       | 22,90  | 15,62  | 6,12   | 1,24 |
| СВ<br>2                                             | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ                     | 20     | 1,58  | 0,20  | 9,52   | 47,20  | 0,02 | 0,01 |       |       | 4,00   | 13,00  | 2,80   | 0,22 |
| СВ<br>2                                             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20     | 1,58  | 0,12  | 8,92   | 44,24  | 0,02 | 0,01 |       |       | 4,60   | 21,20  | 5,00   | 0,62 |
| Итого по подменю:                                   |                                            | 102,89 | 36,92 | 34,38 | 120,80 | 944,30 | 0,40 | 0,41 | 60,27 | 76,40 | 181,75 | 474,32 | 112,47 | 6,30 |