Согласовано:
и.о. Директора ГБОУ ООШ с. Коноваловка
Орлов А.А.
_____

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.
_____

ГБОУ ООШ с. Коноваловка

МЕНЮ
07 НОЯБРЯ 2022 ГОД

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 5-11 кл | Энер цен Ккал |
|---|---|---|---|
| ЗАВТРАК | | | |
| 54-1г-2020 | Макароны отварные | 180 | 202 |
| 449 | Зразы с соусом | 100 | 127 |
| 54-2гн-2020 | Чай с сахаром + С витаминизация | 200 | 26,8 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 87,42 |
| Итого | | 510 | 443,22 |
| Стоимость завтрака | | 62,20 | |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 1-11 кл | Энер цен Ккал |
| 54-1с-2020 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 120,07 |
| 54-4г-2020 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 238,9 |
| 54-23м-2020 | Биточек из курицы | 100 | 127,1 |
| 80 | Салат из свеклы с сыром и чесноком | 60 | 133 |
| 54-1хн-2020 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 81 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 87,42 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 30 | 43,71 |
| Итого | | 860 | 831,2 |
| Стоимость обеда | | 87,10 | |

| **Для всего меню в граммах содержится** | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | | Mg | | P | | Fe | | |
| 54,19 | 43,67 | 166,87 | 335,6 | | 335,45 | | 533,27 | | 9,09 | | |
| Витамины, мг | | | | | | | | | | | |
| A, мг. | B1, мг. | B2, мг. | B5, мг. | B6, мг. | B9, мкг. | B12, мкг. | C, мг. | D, мкг. | E, мг. | H, мкг. | PP, мг. |
| 209,61 | 0,41 | 0,31 | | | | | 27,96 | | | | 9,98 |

Согласовано:
и.о. Директора ГБОУ ООШ с. Коноваловка
Орлов А.А.

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.

ГБОУ ООШ с. Коноваловка

МЕНЮ
03 НОЯБРЯ 2022 ГОД

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 5-11 кл | Энер цен Ккал |
|---|---|---|---|
| ЗАВТРАК | | | |
| 54-9к-2020 | Каша вязкая молочная овсяная | 200 | 285,8 |
| 401 | Оладьи с джемом | 120 | 439 |
| 348 | Компот из свежих яблок + С витаминизация | 200 | 97,6 |
| | | | |
| Итого | | 520 | 822,4 |
| Стоимость завтрака | | 62,20 | |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 1-11 кл | Энер цен Ккал |
| 54-8с-2020 | Суп картофельный с горохом | 250 | 166,42 |
| 166 | Каша рассыпчатая с овощами (рис) | 180 | 210,11 |
| 54-24м-2020 | Шницель из курицы с соусом | 100 | 127,1 |
| 49 | Салат витаминный | 60 | 143,55 |
| 699 | Напиток лимонный | 200 | 97,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 87,42 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 30 | 43,71 |
| Итого | | 860 | 875,91 |
| Стоимость обеда | | 87,10 | |

| **Для всего меню в граммах содержится** | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | | Mg | | P | | Fe | | |
| 55,79 | 51,05 | 260,89 | 1527,68 | | 238,31 | | 546,65 | | 45,89 | | |
| Витамины, мг | | | | | | | | | | | |
| A, мг. | B1, мг. | B2, мг. | B5, мг. | B6, мг. | B9, мкг. | B12, мкг. | C, мг. | D, мкг. | E, мг. | H, мкг. | PP, мг. |
| 233,1 | 0,79 | 0,61 | | | | | 103,8 | | | | 11,63 |

Согласовано:
и.о. Директора ГБОУ ООШ с. Коноваловка
Орлов А.А.

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.

ГБОУ ООШ с. Коноваловка

МЕНЮ
09. НОЯБРЯ 2022 ГОД

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 5-11 кл | Энер цен Ккал |
|---|---|---|---|
| ЗАВТРАК | | | |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре | 180 | 174,96 |
| 54-3р-2020 | Котлета рыбная (минтай) | 100 | 115,9 |
| 54-1хн-2020 | Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация | 200 | 81 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 58,7 |
| Итого | | 510 | 430,56 |
| Стоимость завтрака | | 62,20 | |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 1-11 кл | Энер цен Ккал |
| 54-7с-2020 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 149,5 |
| 54-23г-2020 | Горошница | 180 | 245,76 |
| 279 | Тефтели из курицы с соусом | 110 | 323 |
| 54-16з-2020 | Винегрет с растительным маслом | 60 | 111,9 |
| 54-2гн-2020 | Чай с сахаром | 200 | 26,8 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 87,42 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 30 | 43,71 |
| Итого | | 870 | 988,09 |
| Стоимость обеда | | 87,10 | |

| **Для всего меню в граммах содержится** | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | | Mg | | P | | Fe | | |
| 70,17 | 44,64 | 184,78 | 332,9 | | 355,9 | | 893,27 | | 13,48 | | |
| Витамины, мг | | | | | | | | | | | |
| A, мг. | B1, мг. | B2, мг. | B5, мг. | B6, мг. | B9, мкг. | B12, мкг. | C, мг. | D, мкг. | E, мг. | H, мкг. | PP, мг. |
| 355,6 | 1 | 0,6 | | | | | 34,3 | | | | 21,19 |

Согласовано:
и.о. Директора ГБОУ ООШ с. Коноваловка
Орлов А.А.
_____

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.
_____

ГБОУ ООШ с. Коноваловка

МЕНЮ
10 НОЯБРЯ 2022 ГОД

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 5-11 кл | Энер цен Ккал |
|---|---|---|---|
| ЗАВТРАК | | | |
| 54-16к-2020 | Каша "Дружба" | 200 | 178 |
| 54-1з-2020 | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 53,7 |
| 54-9в-2020 | Булочка школьная | 80 | 173,8 |
| 699 | Напиток апельсиновый | 200 | 97,6 |
| Итого | | 500 | 503,1 |
| Стоимость завтрака | | 62,20 | |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр 1-11 кл | Энер цен Ккал |
| 54-2с-2020 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 713 |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре | 180 | 174,96 |
| 347 | Биточки морские | 110 | 106 |
| 54-2з-2020 | Огурец в нарезке | 60 | 11,3 |
| 348 | Компот из свежих яблок | 200 | 97,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 87,42 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 30 | 43,71 |
| Итого | | 870 | 1233,99 |
| Стоимость обеда | | 87,10 | |

| **Для всего меню в граммах содержится** | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | | Mg | | P | | Fe | | |
| 63,72 | 63,75 | 227,58 | 3374,2 | | 393 | | 1201,88 | | 92,36 | | |
| Витамины, мг | | | | | | | | | | | |
| A, мг. | B1, мг. | B2, мг. | B5, мг. | B6, мг. | B9, мкг. | B12, мкг. | C, мг. | D, мкг. | E, мг. | H, мкг. | PP, мг. |
| 986,04 | 0,62 | 0,61 | | | | | 110,78 | | | | 8,34 |