



Ежедневное меню
МАОУ СОШ № 1 им. В.Г. Серова
 образовательная организация

Возрастная категория питающихся: 1-4 классы, осенний период

Дата: 29.11.2024г.

Неделя по цикличному меню: 2

День по цикличному меню: 10

Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
завтрак	264	Говядина тушеная в сметане	100	92,55	264	15,27	22,1	1,9
	318	Овощи соте	150	16,32	107,81	2,52	6,79	9,2
	389	Сок промышленного производства (яблочный)	200	10,13	84,8	1	0	20,2
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб пшеничный	50	3,05	117,2	3,8	0,4	24,6
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб ржаной	20	1,46	34,2	1,3	0,2	6,7
Итого			520	123,51	607,97	23,91	29,53	62,58
Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
обед	71	Овощи свежие (огурцы)	60	7,57	7,2	0,42	0,06	1,14
	82	Борщ с капустой и картофелем	200	7,08	83,0	1,44	3,9	8,75
	238	Хлебцы рыбные	95	39,72	148,48	13,13	7,55	7,05
	145	Картофель, тушеный с луком	150	16,9	147,53	3,14	5,31	21,11
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб ржаной	60	4,38	102,48	3,69	0,72	20,04
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб пшеничный	70	4,27	164,08	5,32	0,56	34,44
	т-10	Кондитерское изделие (вафли)	15	3,15	81,3	0,78	4,59	9,37
	379	Кофейный напиток с молоком	200	23,58	125,04	5,19	3,96	17,04
Итого			850	106,65	859,11	33,11	26,68	118,94
Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
полдник	284	Запеканка картофельная с мясом	150	45,94	261,55	13,83	14,756	18,896
	386	Кисломолочный напиток (кефир)	220	21,63	110	6,38	5,5	8,8
Итого			370	67,57	371,55	20,21	20,256	27,696



Ежедневное меню
МАОУ СОШ № 1 им. В.Г. Серова
образовательная организация

Возрастная категория питающихся: 5-11 классы, осенний период

Дата: 29.11.2024г.

Неделя по цикличному меню: 2

День по цикличному меню: 10

Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
завтрак	264	Говядина тушеная в сметане	100	92,56	264	15,27	22,1	1,9
	318	Овощи соте	180	11,58	129,37	3,02	8,15	11,04
	389	Сок промышленного производства (яблочный)	200	10,13	84,8	1	0	20,2
	15	Сыр порционно 55%	30	23,22	108	6,96	8,85	0
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб пшеничный	30	1,83	70,32	2,28	0,24	14,76
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб ржаной	50	3,65	85,5	3,3	0,5	16,70
Итого			590	142,97	741,99	31,83	39,84	64,6
Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
обед	71	Овощи свежие(огурцы)	100	12,62	12	0,7	0,1	1,9
	82	Борщ с с капустой	250	10,81	103,75	1,8	4,9	10,93
	238	Хлебцы рыбные	120	49,88	187,55	16,58	9,53	8,9
	145	Картофель, тушенный с луком	180	20,29	177,03	3,76	6,37	25,33
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб пшеничный	70	4,27	164,08	5,32	0,56	34,44
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб ржаной	60	4,38	102,5	4,0	0,7	20,4
	т-10	Кондитерское изделие (вафли)	20	4,2	108,4	1,04	6,12	12,5
379	Кофейный напиток с молоком	200	24,34	125,04	5,19	3,96	17,04	
Итого			1000	130,79	980,35	38,39	32,25	131,44
Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
полдник	284	Запеканка картофельная с мясом	200	75,67	418,22	25,21	27,106	19,216
	386	Кисломолочный напиток (кефир)	220	21,63	110	6,38	5,5	8,8
	М.Р.2.4.0260-21	Хлеб пшеничный	30	1,83	70,32	2,28	0,24	14,76
Итого			450	99,13	598,54	33,87	32,846	42,776