"УТВЕРЖДАЮ"
ДИРЕКТОР МБ ОУ сош № 1
_____ / Чиранец С. А.
09.03.2021

Меню школьных завтраков и обедов
на 2020-2021 учебный год
МБ ОУ сош № 1

09.03.2021 год

Завтрак 5-11 бюджет **Вторник 2 день**

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	1/200	13,85
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,26
	Хлеб Пшеничный	1/10	0,44
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**15,55**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		К	Са	Mg	Р	Fe	А	В1	В2	РР	С
7,89	17,32	48,86	373,08	160,92	137,67	75,51	241,21	3,79	0,06	0,22	0,18	0,65	1,18

Обед 5-11 бюджет **Вторник 2 день**

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	4,62
302/2005	Каша пшеничная рассыпчатая	1/180	7,63
288/2005	Птица отварная (филе)	1/50	17,02
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,26
г/п	Хлеб ржаной	1/10	0,60
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**31,13**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		К	Са	Mg	Р	Fe	А	В1	В2	РР	С
26,87	8,76	89,80	537,03	681,24	28,04	83,50	379,73	7,00	42,98	0,04	0,04	7,64	17,75

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР - БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____ **/ Звягина Е.В. /**

"УТВЕРЖДАЮ"
ДИРЕКТОР М5 ОУ сош № 1
_____ / Чирина С.А.
10.03.2021

Меню школьных завтраков и обедов
на 2020-2021 учебный год
М5 ОУ сош № 1

10.03.2021 год

Завтрак 5-11 бюджет **Среда 3 день**

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
181	Каша жидкая молочная из крупы манной	1/210	9,36
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,26
	Хлеб Пшеничный	1/10	0,44
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**11,06**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
7,66	16,87	50,02	334,54	225,8	149,42	50,38	196,68	3,06	0,05	0	0	1,46	1,3

Обед 5-11 бюджет **Среда 3 день**

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
102/2005	Суп картофельный с бобовыми	1/250	4,47
203	Макароны отварные	1/150	7,54
759/,2009	Соус красный основной	1/50	0,84
618/2009	Тефтели с соусом красным основным	1/60	18,66
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,26
г/п	Хлеб ржаной	1/10	0,60
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**33,37**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
20,59	25,27	85,18	654,91	758,11	59,66	67,59	247,45	4,42	0,04	0,20	0,11	3,24	14,63

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР - БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____ **/ Звягина Е.В. /**

"УТВЕРЖДАЮ"
ДИРЕКТОР МБОУ сош № 1
_____ / Чернышев С. А.
11.03.2021

Меню школьных завтраков и обедов
на 2020-2021 учебный год
МБОУ сош № 1

11.03.2021 год

Четверг 4 день

Завтрак 5-11 бюджет

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
417	Макароны отварные с овощами	1/200	8,50
377	Чай с сахаром и лимоном	1/200/15/7	2,29
	Хлеб Пшеничный	1/10	0,44
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**11,23**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		К	Са	Mg	Р	Fe	А	В1	В2	РР	С
6,55	12,29	58,21	326,89	104,65	18,03	15,24	61,40	1,22	0,00	0	0	0,15	2,80

Четверг 4 день

Обед 5-11 бюджет

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	5/250	5,18
291/2005	Плов из птицы	1/225	24,55
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,26
г/п	Хлеб ржаной	1/10	0,60
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**31,59**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		К	Са	Mg	Р	Fe	А	В1	В2	РР	С
28,64	28,25	28,53	649,96	790,79	77,32	68,18	276,62	4,08	40,81	0,15	0,23	9,66	31,97

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР - БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____ **/ Звягина Е.В. /**

"УТВЕРЖДАЮ"
ДИРЕКТОР МБОУ сош № 1
_____/ Черненко С. А.
12.03.2021

Меню школьных завтраков и обедов
на 2020-2021 учебный год
МБОУ сош № 1

12.03.2021 год

Завтрак 5-11 бюджет **Пятница 5 день**

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
182/2005	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	1/210	10,74
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,26
	Хлеб Пшеничный	1/10	0,44
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**12,44**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
7,58	9,62	59,87	306,34	223,8	50,08	194,78	3,04	0	0	0	1,45	1,3	10,32

Обед 5-11 бюджет **Пятница 5 день**

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
101	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	4,11
295	Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным	50/5	15,37
75/2005	Икра свекольная	1/150	9,41
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,26
г/п	Хлеб ржаной	1/10	0,60
ИТОГО СТОИМОСТЬ			**30,75**

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
15,55	20,58	59,81	487,63	1117,72	81,76	102,8	226,13	4,08	25,94	0,05	0,07	5,85	37,80

ИП ЗВЯГИНА Н.И. _____

ПОВАР - БРИГАДИР _____

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ _____ **/ Звягина Е.В. /**