

Утверждаю:

Председатель правления
сургутского территориального
потребительского общества

Е.А. Завьялова

ТАБ

Согласовано

Директор МБОУ
"Нижнесортимская СОШ"
Н.И. Вергун

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 04 " 04 2023 г.

Льготный обед (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № реп. сбр 2001 №23	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
	Салат из зеленого горошка с луком	100	3,04	11,38	10,76	157,00	28,70
№ 148	Лапша по домашнему с курицей	280	7,80	8,10	12,10	153,00	46,01
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	30,25
№ 461	Тефтеля из говядины в соусе	100	6,38	8,61	7,23	232,30	66,83
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	34	2,59	0,28	0,24	79,90	4,69
	Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	0,36	62,20	4,02
	Фрукты свежие (мандарин)	100	1,10	0,28	10,39	52,61	40,00
	Итого:	1024	27,17	34,55	81,64	929,41	226,00

Платный обед (1-11кл)

сборник 2004г № реп.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 16	Помидор соленный порционно	100	1,10	0,20	3,70	23,00	24,00
№ 148	Лапша по домашнему с курицей	280	7,80	8,10	12,10	153,00	46,01
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	30,25
№ 461	Тефтеля из говядины в соусе	100	6,38	8,61	7,23	232,30	66,83
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	34	2,59	0,28	0,24	79,90	4,73
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,68
	Итого:	914	23,47	22,97	64,07	725,40	180,00

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.

Утверждаю:
Председатель правления
сургутского территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова

Согласовано
Директор МБОУ
"Нижнесортимская СОШ"
Н.И. Вергун

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 04 " 04 2023 г.

ЗАВТРАК (5-11кл)

(сахарный диабет, стол №9)

сборник 2004г № рек.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 96	Масло сливочное порционно	20	0,12	14,52	0,16	131,78	24,00
№ 97	Сыр Голландский порционно	30	7,92	9,51	0,00	117,24	28,80
№ 297, таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
сбр 2001 №162	Гуляш из мяса курицы (филе)	100	26,90	3,80	2,00	150,00	59,56
№ 684,686	Чай с лимоном (без сахара)	200	0,45	0,10	0,29	27,60	9,06
	Хлеб Дарницкий	60	3,90	0,71	0,71	102,66	8,06
	итоги:	590	49,49	35,74	47,46	684,18	152,00

ЛЬГОТНЫЙ ОБЕД (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рек.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
сбр 2001 №23	Салат из зеленого горошка с луком	100	3,04	11,38	10,75	157,00	28,70
№ 135	Суп из свежих овощей с мясом	280	3,20	6,60	11,60	126,00	70,58
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	30,25
сбр 2001 №162	Курица отварная порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	56,28
№ 685	Чай (без сахара)	200	0,45	0,10	0,29	27,60	3,25
	Хлеб Дарницкий	66	4,36	0,80	0,80	114,84	8,94
	Фрукты свежие (мандарин)	70	0,77	0,20	7,28	36,83	28,00
	итоги:	996	41,92	50,50	59,01	984,95	226,00

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.