

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



## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 07 " 12 2022 г.

Льготный обед (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г. № рек.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 16	Помидор соленый порционнo	100	1,10	0,20	3,70	23,00	26,40
№ 124	Щи из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,10	8,70	90,00	26,95
№ 297, таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
№ 423	Бефстроганов из говядины	100	16,00	22,50	5,50	236,00	81,72
№ 699	Напиток апельсиновый	200	0,10	0,00	22,90	88,00	14,70
	Хлеб пшеничный	38	2,88	0,30	0,26	89,30	5,01
	Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	0,36	62,20	3,90
	Фрукты свежие (яблоко)	160	1,53	0,25	0,25	38,93	44,80
	итоГО:	1068	35,79	35,81	85,97	772,33	226,00

Платный обед (1-11кл)

сборник 2004г. № рек.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 16	Помидор соленый порционнo	100	1,10	0,20	3,70	23,00	26,40
№ 124	Щи из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,10	8,70	90,00	26,95
№ 297, таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
№ 423	Бефстроганов из говядины	100	16,00	22,50	5,50	236,00	81,72
№ 699	Напиток апельсиновый	200	0,10	0,00	22,90	88,00	14,70
	Хлеб пшеничный	39	2,96	0,31	0,27	91,66	5,11
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	итоГО:	899	33,68	35,45	85,61	718,35	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 " 07 " 12 2022 г.

### ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г. № реци. № 302. таб №4	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
	Каша молочная геркулесовая с маслом	250	10,30	10,30	46,70	322,00	21,67
	Кондитерское изделие (печенье)	30	2,06	5,70	43,28	138,00	9,00
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,29
	Хлеб пшеничный	43	3,26	0,34	0,30	101,05	4,68
	Хлеб Дарницкий	40	2,64	0,48	0,48	69,60	4,36
	<b>итого:</b>	<b>563</b>	<b>18,44</b>	<b>16,86</b>	<b>104,42</b>	<b>657,05</b>	<b>44,00</b>

### ЗАВТРАК (1 - 4 кл)

### ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г. № реци.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 31	Салат из свежего редиса с яйцом	100	1,72	7,04	6,38	95,00	47,89
№ 436	Жаркое по домашнему с курицей	220	16,72	19,14	19,58	320,10	62,96
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	23	1,74	0,18	0,16	64,05	3,05
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	Пряник Тульский в упаковке	45	3,78	9,60	72,16	230,00	30,00
	<b>итого:</b>	<b>608</b>	<b>25,44</b>	<b>36,14</b>	<b>112,18</b>	<b>760,35</b>	<b>152,00</b>

Зав. производством:

Озимовская Е.Ю.