

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 15 " 03 2023 г.

Льготный обед (с 1 по 11 кл)

| сборник 2004г № рек. | Наименование блюда | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена |
|----------------------------|----------------------------------|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| сбр 2001 №22 | Икра свекольная | 100 | 1,50 | 10,10 | 8,50 | 131,00 | 22,63 |
| № 135 | Суп из свежих овощей со сметаной | 260 | 2,20 | 5,60 | 10,60 | 103,00 | 27,74 |
| № 436 | Жаркое по домашнему с курицей | 250 | 19,00 | 21,75 | 22,25 | 363,75 | 74,06 |
| сбр 2001 №252 | Компот вишневый | 200 | 0,31 | 0,07 | 18,09 | 74,17 | 15,80 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 0,24 | 82,25 | 4,77 |
| | Хлеб Дарницкий | 31 | 2,04 | 0,37 | 0,37 | 53,94 | 4,20 |
| | Фрукты свежие (груша) | 160 | 3,04 | 0,55 | 35,42 | 199,86 | 76,80 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | итого: | 1036 | 30,75 | 38,72 | 99,47 | 1007,97 | 226,00 |

Платный обед (1-11кл)

| сборник 2004г № рек. | Наименование блюда | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена |
|----------------------------|----------------------------------|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| сбр 2001 №22 | Икра свекольная | 100 | 1,50 | 10,10 | 8,50 | 131,00 | 22,63 |
| № 135 | Суп из свежих овощей со сметаной | 260 | 2,20 | 5,60 | 10,60 | 103,00 | 27,74 |
| № 436 | Жаркое по домашнему с курицей | 250 | 19,00 | 21,75 | 22,25 | 363,75 | 74,06 |
| № 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,66 | 26,40 | 5,50 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 0,21 | 70,50 | 4,08 |
| | Хлеб Дарницкий | 29 | 1,91 | 0,34 | 0,34 | 50,46 | 3,99 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 1,41 | 0,21 | 0,21 | 38,48 | 42,00 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | итого: | 1019 | 28,48 | 38,28 | 55,77 | 781,59 | 180,00 |

Зав.производством:

Озинковская Е.Ю.

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

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

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 15 " 03 2023 г.

ЗАВТРАК (5-11кл)

| сборник 2004г № рек. № 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 | 48,70 | 322,00 | 21,67 |
| | Кондитерское изделие (сушки) | 40 | 4,28 | 0,48 | 28,48 | 136,00 | 9,60 |
| № 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,66 | 26,40 | 4,29 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 0,28 | 94,00 | 4,32 |
| | Хлеб Дарницкий | 37 | 2,44 | 0,44 | 0,44 | 64,38 | 4,12 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Итого: | 567 | 20,24 | 11,58 | 89,56 | 642,78 | 44,00 |

ЗАВТРАК (1 - 4 кл)

ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

| сборник 2004г № рек. | Наименование блюда | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена |
|----------------------------|-----------------------------------|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| 2001 № 18 | Салат из свежих помидор с зеленью | 100 | 1,00 | 10,18 | 4,60 | 113,92 | 47,54 |
| № 443 | Плов из мяса говядины | 200 | 21,66 | 21,23 | 33,05 | 372,72 | 76,06 |
| № 643 | Компот из кураги | 200 | 1,05 | 0,06 | 41,19 | 180,00 | 20,25 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 0,24 | 82,25 | 4,80 |
| | Хлеб Дарницкий | 25 | 1,65 | 0,30 | 0,30 | 43,50 | 3,35 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Итого: | 560 | 27,92 | 32,03 | 79,38 | 762,39 | 152,00 |

Зав. производством:  Озинковская Е.Ю.