

Утверждаю:

Председатель правления  
сургутского территориального  
потребительского общества

Е.А. Завьялова

Согласовано

Директор МБОУ  
"Нижнесортимская СОШ"  
Н.И. Вергун

## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 17 " 01 2023 г.

Льготный обед (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 37	Салат из свежей капусты с зеленью	100	1,20	9,90	8,80	128,00	23,19
№ 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	Тефтели 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	40	3,04	0,32	0,28	94,00	5,44
	Хлеб Дарницкий	35	2,24	0,42	0,04	60,90	4,78
	Фрукты свежие (мандарин)	110	1,21	0,30	11,42	67,87	44,00
	итого:	1045	26,15	33,19	80,43	926,47	226,00

Платный обед (1-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 37	Салат из свежей капусты с зеленью	100	1,20	9,90	8,80	128,00	23,19
№ 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	Тефтели 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	35	2,66	0,28	0,24	82,26	4,77
	Хлеб Дарницкий	25	1,66	0,30	0,30	43,60	3,45
	итого:	920	23,97	32,73	69,23	841,45	180,00

Зав.производством:

Озинковская Е.Ю.

Утверждаю:

Председатель правления  
сургутского территориального  
потребительского общества  
Е.А. Завьялова

**ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ**

На " 17 " 01 2023 г.

**ЗАВТРАК (5-11кл)**

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



соорник 2004г № рек.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 302, таб №4	Каша манная молочная с маслом	250	10,50	8,40	57,90	350,00	24,12
№ 97	Сыр Голландский порционно	10	2,64	3,17	0,00	39,08	10,44
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,56	26,40	4,29
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,21	0,18	63,45	2,97
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,18
	итого:	507	16,69	12,06	71,98	513,73	44,00

**ЗАВТРАК (1 - 4 кл)****ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)**

соорник 2004г № рек.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 19 № 297, таб №4	Салат из свежих огурцов с зеленью	100	0,72	10,08	3,00	108,80	49,14
сбр 2001 №162	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
	Гуляш из мяса курицы (филе)	100	26,90	3,80	2,00	150,00	59,56
№ 684,686	Чай с сахаром с лимоном	200	0,24	0,01	13,85	27,60	12,06
	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,27	0,23	79,90	4,70
	Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	0,36	52,20	4,02
	итого:	644	42,62	21,62	63,74	573,20	152,00

Зав.производством:

Озонниковская Е.Ю.