

Утверждаю:

Председатель правления  
сургутского территориального  
потребительского общества  
Е.А. Завьялова



## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 20 " 12 2022 г.

Льготный обед (с 1 по 11 кл)

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



сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
ст 70-71	Огурец свежий порционно	100	0,80	0,10	2,50	14,00	30,30
№ 124 № 297. таб №4	Щи из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,10	8,70	90,00	26,95
№ 437	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
№ 437	Гуляш из говядины	100	21,50	21,20	3,50	291,00	90,31
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,23	0,20	68,15	3,82
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	Фрукты свежие (мандарин)	110	1,21	0,30	11,42	57,87	44,00
	Итого:	999	38,41	34,31	84,52	737,12	226,00

### ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
ст 70-71	Огурец свежий порционно	100	0,80	0,10	2,50	14,00	30,30
№ 124 № 297. таб №4	Щи из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,10	8,70	90,00	26,95
№ 437	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
№ 437	Гуляш из говядины	100	21,50	21,20	3,50	291,00	90,31
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	33	2,50	0,26	0,23	77,55	4,42
	Итого:	873	37,18	33,80	72,89	653,85	180,00

Зав.производством:

Озинковская Е.Ю.

Утверждаю:

Председатель правления  
сургутского территориального  
потребительского общества

Е.А. Завьялова

Согласовано

Директор МБОУ  
"Нижнесортымская СОШ"  
Н.И. Вергун**ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ****На " 20 " 12 2022 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	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	2,84	0,48	0,48	69,60	4,36
	итого:	563	18,44	16,86	104,42	657,05	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
№ 24	Салат Полонынский с зеленью	100	1,60	9,90	5,20	116,00	37,69
№ 436	Жаркое по домашнему с курицей	200	19,20	17,40	17,80	291,00	55,56
№ 639	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,10	27,50	110,00	8,75
	Хлеб пшеничный	31	2,35	0,24	0,21	72,85	4,10
	Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	0,36	52,20	3,90
	Венская вафля	100	1,72	4,75	36,07	115,00	42,00
	итого:	661	23,85	32,75	87,14	757,05	152,00

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.