

## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 22 " 02 2023 г.

### ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец. № 302. таб №4	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углевод.,г	ЭЦ ккал	Цена
	Каша молочная геркулесовая с маслом	250	10,30	10,30	46,70	322,00	21,67
	Джем фруктовый порциями	20	0,10	0,00	14,32	55,20	12,00
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,29
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	0,21	70,50	3,24
	Хлеб Дарницкий	25	1,65	0,30	0,30	43,50	2,80
	итого:	525	14,51	10,88	75,19	517,60	44,00

### ЗАВТРАК (1 - 4 кл)

### ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углевод.,г	ЭЦ ккал	Цена
№ 42	Салат из св.моркови с перцем сладким	100	1,60	15,30	11,90	192,00	35,10
№ 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	38	2,88	0,30	0,26	89,30	5,22
	Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,36	0,36	52,20	4,02
	Фрукты свежие (яблоко)	140	1,32	0,20	0,20	34,05	39,20
	итого:	728	24,88	35,34	45,96	714,05	152,00

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 " 22 " 02 2023 г.


ПЬГОТНЫЙ ОБЕД (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 71	Винегрет овощной	100	1,20	10,00	7,10	124,00	27,99
сбр 2008 №93	Суп любительский с крупой (гречка)	250	5,90	2,80	25,30	149,00	20,33
№ 214	Капуста тушеная	180	4,00	4,80	11,40	105,00	33,56
№ 471	Фрикадельки из говядины	100	13,33	12,93	7,33	190,00	95,74
№ 643	Компот из кураги	200	1,05	0,06	41,19	150,00	20,25
	Хлеб пшеничный	26	1,97	0,20	0,18	61,10	3,65
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,68
сбр 2001 №281	Булочка Домашняя с сахаром	60	6,84	16,56	21,48	264,00	21,80
	ИТОГО:	936	35,61	47,39	114,22	1077,90	226,00

ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 71	Винегрет овощной	100	1,20	10,00	7,10	124,00	27,99
сбр 2008 №93	Суп любительский с крупой (гречка)	250	5,90	2,80	25,30	149,00	20,33
№ 214	Капуста тушеная	180	4,00	4,80	11,40	105,00	33,56
сбр 2001 №192	Курица отварная порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	56,28
№ 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	4,63
	Хлеб Дарницкий	25	1,65	0,30	0,30	43,60	3,35
сбр 2001 №281	Булочка Домашняя с сахаром	60	6,84	16,56	21,48	264,00	21,80
	ИТОГО:	949	48,41	60,56	81,04	1139,68	180,00

Зав.производством:


 Ozinkovskaya E.Yu.