

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



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



## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 22 " 05 2023 г.

ЗАВТРАК (1-4кл)

(сахарный диабет, стол №9)

| сборник<br>2004г № | Наименование блюда                      | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена   |
|--------------------|---|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| № 302.<br>таб №4   | Каша геркулесовая молочная (без сахара) | 250     | 6,84    | 9,97   | 39,20     | 286,00  | 28,54  |
| № 337              | Яйцо отварное                           | 40      | 4,80    | 4,10   | 0,28      | 56,60   | 18,00  |
| № 97               | Сыр порционнo                           | 30      | 6,60    | 8,00   | 0,00      | 97,90   | 28,80  |
| № 684,686          | Чай с лимоном (без сахара)              | 200     | 0,45    | 0,10   | 0,29      | 27,60   | 9,06   |
|                    | Хлеб Дарницкий                          | 57      | 3,77    | 0,69   | 0,69      | 99,18   | 7,60   |
|                    | Фрукты свежие (мандарин)                | 150     | 1,65    | 0,40   | 15,57     | 78,91   | 60,00  |
|                    |   |         |         |        |           |         |        |
|                    | итоГО:                                  | 727     | 24,11   | 23,26  | 56,03     | 646,19  | 152,00 |

### Льготный обед (с 1 по 11 кл)

| сборник<br>2004г № | Наименование блюда                        | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена   |
|--------------------|---|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| № 37               | Салат из свежей капусты с огурцом св.     | 100     | 1,20    | 9,90   | 8,80      | 128,00  | 25,74  |
| № 124              | Щи из свежей капусты со сметаной          | 260     | 2,00    | 5,10   | 8,70      | 90,00   | 26,95  |
| таб №4, № 297      | Каша перловая рассыпчатая                 | 180     | 4,70    | 6,50   | 33,30     | 214,00  | 11,96  |
| № 587,278          | Биточек мясной из говядины, соус томатный | 100     | 9,44    | 10,56  | 7,93      | 154,90  | 88,37  |
| № 707              | Сок томатный в упаковке                   | 200     | 0,60    | 0,40   | 32,60     | 140,00  | 40,00  |
|                    | Хлеб Дарницкий                            | 37      | 2,44    | 0,44   | 0,44      | 64,38   | 4,98   |
|                    | Фрукты свежие (яблоко)                    | 100     | 0,93    | 0,13   | 0,13      | 24,31   | 28,00  |
|                    |   |         |         |        |           |         |        |
|                    | итоГО:                                    | 977     | 21,31   | 33,03  | 91,90     | 815,59  | 226,00 |

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 " 22 " 05 2023 г.

### Льготный обед (с 1 по 11 кл)

| сборник<br>2004г №<br>рец. | Наименование блюда                       | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена   |
|----------------------------|--|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| № 37                       | Салат из свежей капусты с огурцом св.    | 100     | 1,20    | 9,90   | 8,80      | 128,00  | 25,74  |
| № 124                      | Щи из свежей капусты со сметаной         | 260     | 2,00    | 5,10   | 8,70      | 90,00   | 26,95  |
| № 332,516                  | Макароны отварные с маслом               | 180     | 6,60    | 4,70   | 40,00     | 233,00  | 20,41  |
| № 587,278                  | Биточек мясной из говядины,соус томатный | 100     | 9,44    | 10,56  | 7,93      | 154,90  | 88,37  |
| № 685                      | Чай с сахаром                            | 200     | 0,18    | 0,04   | 13,66     | 26,40   | 5,50   |
|                            | Хлеб пшеничный                           | 26      | 1,97    | 0,20   | 0,18      | 61,10   | 3,55   |
|                            | Хлеб Дарницкий                           | 20      | 1,32    | 0,24   | 0,24      | 34,80   | 2,68   |
|                            | Фрукты свежие (груша)                    | 110     | 2,06    | 0,35   | 27,08     | 137,39  | 52,80  |
|                            | итога:                                   | 996     | 24,77   | 31,09  | 106,59    | 865,59  | 226,00 |

### Платный обед (1-11кл)

| сборник<br>2004г №<br>рец. | Наименование блюда                       | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена   |
|----------------------------|--|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| № 37                       | Салат из свежей капусты с огурцом св.    | 100     | 1,20    | 9,90   | 8,80      | 128,00  | 25,74  |
| № 124                      | Щи из свежей капусты со сметаной         | 260     | 2,00    | 5,10   | 8,70      | 90,00   | 26,95  |
| № 332,516                  | Макароны отварные с маслом               | 180     | 6,60    | 4,70   | 40,00     | 233,00  | 20,41  |
| № 587,278                  | Биточек мясной из говядины,соус томатный | 100     | 9,44    | 10,56  | 7,93      | 154,90  | 88,37  |
| № 684,686                  | Чай с сахаром с лимоном                  | 200     | 0,24    | 0,01   | 13,85     | 27,60   | 12,06  |
|                            | Хлеб пшеничный                           | 27      | 2,05    | 0,21   | 0,18      | 63,45   | 3,79   |
|                            | Хлеб Дарницкий                           | 20      | 1,32    | 0,24   | 0,24      | 34,80   | 2,68   |
|                            | итога:                                   | 887     | 22,85   | 30,72  | 79,70     | 731,75  | 180,00 |

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.