

Утверждаю:

Председатель правления сургутского территориального потребительского общества  
Е.А. Завьялова

Согласовано

Директор МБОУ "Нижнесортимская СОШ" Н.И. Вергун



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 22 " 10 2022 г.

## ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец. № 302, таб №4	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
	Каша кукурузная молочная с маслом	250	7,70	7,40	59,20	337,00	26,05
	Кондитерское изделие (печенье)	25	1,72	4,75	36,07	115,00	7,50
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,29
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,24	0,21	70,50	3,24
	Хлеб Дарницкий	26	1,71	0,31	0,31	45,24	2,92
	<b>Итого:</b>	<b>531</b>	<b>13,41</b>	<b>12,74</b>	<b>109,45</b>	<b>594,14</b>	<b>44,00</b>

## ЗАВТРАК (1 - 4 кл)

## ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец. № 192	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 214	Капуста тушеная	180	3,80	4,32	10,26	94,50	33,56
сбр 2001 №192	Курица отварная порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	56,28
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	0,24	82,25	4,56
	Хлеб Дарницкий	31	2,04	0,37	0,37	53,94	4,10
	Фрукты свежие (мандарин)	120	0,96	0,24	8,99	45,60	48,00
	<b>Итого:</b>	<b>666</b>	<b>35,44</b>	<b>31,27</b>	<b>34,90</b>	<b>649,37</b>	<b>152,00</b>

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.



## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 22 " 10 2022 г.

Льготный обед (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 19	Салат из свежих огурцов с маслом	100	0,72	10,08	3,00	106,60	35,74
№ 140	Суп картофельный с макаронами	250	2,70	2,60	18,90	111,00	21,65
№ 297, таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
№ 424	Поджарка из мяса говядины	100	25,40	13,40	4,50	240,00	101,68
№ 707	Сок фруктовый разливной	200	0,60	0,40	32,60	140,00	24,00
	Хлеб пшеничный	22	1,67	0,17	0,15	51,70	2,96
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	Кондитерское изделие (пряник)	45	3,76	9,50	72,16	230,00	14,85
	итого:	917	46,37	43,49	175,85	1071,00	226,00

Платный обед (1-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 16	Огурец соленый порционно	100	0,80	0,10	1,70	12,00	30,80
№ 140	Суп картофельный с макаронами	250	2,70	2,60	18,90	111,00	21,65
№ 297, таб №4	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
№ 639	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,10	27,50	110,00	8,75
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	0,17	58,75	3,37
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,60
	итого:	875	39,42	31,54	96,31	772,45	180,00

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.