

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



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



## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 26 " 04 2023 г.

ЗАВТРАК (5-11кл)


(сахарный диабет, стол №9)

2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
2001 № 18	Салат из свежих помидор с зеленью	100	1,00	10,16	4,60	113,92	47,54
№ 520	Пюре картофельное с маслом слив.	180	4,10	5,50	26,90	176,00	32,25
сбр 2001 №192	Курица отварная (голень) порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	62,00
№ 685	Чай (без сахара)	200	0,45	0,10	0,29	27,60	3,25
	Хлеб Дарницкий	51	3,36	0,61	0,61	88,74	6,96
	Итого:	631	34,91	42,39	33,78	752,94	152,00

## ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 31	Салат из свежего редиса с яйцом	100	1,72	7,04	6,38	95,00	51,89
№ 110	Борщ из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,50	12,30	106,00	21,25
№ 297. таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
сбр 2001 №158	Мясо (говядина)отварное порциями	70	6,38	8,61	7,23	132,30	102,51
№ 638	Компот из кураги (без сахара)	200	0,30	0,12	17,70	71,00	18,00
	Хлеб Дарницкий	73	4,81	0,87	0,87	127,02	9,83
	Итого:	883	25,41	29,24	88,78	686,22	226,00

Зав.производством:

 Озинковская Е.Ю.



Утверждаю:

Председатель правления  
сургутского территориального  
потребительского общества

Е.А. Завьялова

**ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ**

На " 26 " 04 2023 г.

Льготный обед (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 31	Салат из свежего редиса с яйцом	100	1,72	7,04	6,38	95,00	51,89
№ 110	Борщ из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,50	12,30	106,00	21,55
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	30,25
сбр 2001 №192	Курица отварная (голень) порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	62,00
№ 707	Сок фруктовый разливной	200	0,60	0,40	32,60	140,00	24,00
	Хлеб пшеничный	36	2,82	0,30	0,26	86,95	4,87
	Хлеб Дарницкий	35	2,31	0,42	0,42	60,90	4,69
	Блинчики с сахарной пудрой	60	4,32	7,20	20,70	172,80	26,75
	итого:	971	43,87	52,38	100,94	1184,33	226,00

ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 31	Салат из свежего редиса с яйцом	100	1,72	7,04	6,38	95,00	51,89
№ 110	Борщ из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,50	12,30	106,00	21,55
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	30,25
сбр 2001 №192	Курица отварная (голень) порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	62,00
№ 639	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,10	27,50	110,00	8,75
	Хлеб пшеничный	21	1,74	0,18	0,16	54,05	2,88
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,68
	итого:	881	37,88	44,58	74,86	922,53	180,00

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.

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



## ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 26 " 04 2023 г.

### ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	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	2,64	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 № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
сбр 2001 №22	Икра свекольная	100	1,50	10,10	8,50	131,00	22,63
№ 443	Плов из мяса говядины	200	23,71	23,35	36,35	410,00	76,06
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	23	1,74	0,18	0,16	54,05	3,13
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,68
	Фрукты свежие (яблоко)	150	1,41	0,21	0,21	36,48	42,00
	Итого:	693	29,86	34,12	59,12	692,73	152,00

Зав. производством:

Озинковская Е.Ю.

Согласовано  
Директор МБОУ  
"Нижнесортимская СОШ"  
Н.И Вергун

