

Утверждаю:

Председатель правления
сургутского территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова

Согласовано

Директор МБОУ

"Нижнесортимская СОШ"

Н.И. Вергун

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

На " 26 " 12 2023 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 | 108,60 | 47,14 |
| № 110 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 260 | 2,00 | 5,50 | 12,30 | 106,00 | 23,45 |
| № 520 | Пюре картофельное на молоке | 180 | 4,10 | 5,50 | 26,90 | 176,00 | 35,25 |
| сбр 2001 №192 | Курица отварная порционно (голень) | 100 | 26,00 | 26,02 | 1,38 | 346,68 | 62,00 |
| сбр 2001 №254 | Компот " Клубничка " | 200 | 0,16 | 0,00 | 14,99 | 60,64 | 18,40 |
| | Хлеб пшеничный | 29 | 2,20 | 0,34 | 1,42 | 68,15 | 4,08 |
| | Хлеб Дарницкий | 20 | 1,32 | 0,20 | 0,24 | 34,80 | 2,68 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,60 | 0,60 | 13,50 | 70,50 | 45,00 |
| | итого: | 1039 | 37,10 | 48,24 | 73,73 | 971,37 | 238,00 |

Платный обед (1-11кл)

| 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 | 108,60 | 47,14 |
| № 110 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 260 | 2,00 | 5,50 | 12,30 | 106,00 | 23,45 |
| № 520 | Пюре картофельное на молоке | 180 | 4,10 | 5,50 | 26,90 | 176,00 | 35,25 |
| сбр 2001 №192 | Курица отварная порционно (голень) | 100 | 26,00 | 26,02 | 1,38 | 346,68 | 62,00 |
| сбр 2001 №254 | Компот " Клубничка " | 200 | 0,16 | 0,00 | 14,99 | 60,64 | 18,40 |
| | Хлеб пшеничный | 22 | 1,67 | 0,26 | 1,07 | 51,70 | 3,08 |
| | Хлеб Дарницкий | 20 | 1,32 | 0,20 | 0,24 | 34,80 | 2,68 |
| | итого: | 882 | 35,97 | 47,56 | 59,88 | 884,42 | 192,00 |

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 " 26 " 12 2023 г.

ЗАВТРАК (5-11кл)

| сборник 2004г № рец. | Наименование блюда | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена |
|----------------------------|----------------------------------|---------|---------|--------|-----------|---------|-------|
| № 302. таб №4 | Каша пшеничная молочная с маслом | 250 | 8,97 | 10,80 | 50,98 | 337,82 | 23,05 |
| | Кондитерское изделие (сушки) | 40 | 4,27 | 0,48 | 28,48 | 136,00 | 9,20 |
| № 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,66 | 26,40 | 4,29 |
| | Хлеб пшеничный | 38 | 2,88 | 0,45 | 1,86 | 89,30 | 4,19 |
| | Хлеб Дарницкий | 30 | 1,98 | 0,30 | 0,36 | 52,20 | 3,27 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | итого: | 558 | 18,28 | 12,07 | 95,34 | 641,72 | 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 |
|----------------------------|--------------------------------|---------|---------|--------|-----------|---------|--------|
| № 302. таб №4 | Каша рисовая молочная с маслом | 250 | 6,40 | 8,27 | 40,76 | 262,66 | 34,39 |
| №366 | Запеканка из творога с изюмом | 120 | 19,10 | 13,90 | 26,30 | 307,00 | 111,63 |
| № 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,18 | 0,04 | 13,66 | 26,40 | 5,50 |
| | Батон нарезной | 29 | 2,32 | 2,32 | 22,62 | 76,85 | 5,80 |
| | Хлеб Дарницкий | 20 | 1,32 | 0,20 | 0,24 | 34,80 | 2,68 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | итого: | 619 | 29,32 | 24,73 | 103,58 | 707,71 | 160,00 |

Зав.производством:

Озинковская Е.Ю.