

Утверждаю: ИП Александрова Е.Н.
Александрова Е.Н.

Согласовано: Директор МОБУ Новобурейская СОШ № 3
Туманов Д.Н.



2022

2022

МЕНЮ

День/неделя: Понедельник-1

Завтрак 7-11лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции /гр/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
269/333	Биточки особые с соусом 60/30	90	8,98	12,17	8,64	185,32	46,00
302	Каша рассыпчатая рисовая	150	3,38	4,06	35,26	191,38	10,00
71	Подгарнировка из помидоров свежих	30	0,33	0,06	1,14	7,20	12,00
377	Чай с сахаром и с лимоном	200	0,06	0,01	9,81	40,62	6,00
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	3,50
Итого за Завтрак		515	16,31	16,75	76,59	530,27	77,50

День/неделя: Понедельник-1

Завтрак 12-18лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции /гр/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
269/333	Биточки особые с соусом 60/40	100	10,06	13,63	9,68	207,56	51,00
302	Каша рассыпчатая рисовая	200	4,53	5,44	47,25	256,45	14,00
71	Подгарнировка из помидоров свежих	30	0,33	0,06	1,14	7,20	12,00
377	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	9,81	40,62	6,00
ПР	Хлеб пшеничный	55	4,35	0,55	26,57	129,25	4,50
Итого за Завтрак		585	19,33	19,69	94,45	641,08	87,50

ПОВАР *Г.И. Микширова Г.Ю.*

Утверждаю: ИП Александрова Е.Н.
" " " " 2022

Согласовано: Директор МОБУ Новобурейская СОШ № 3
" " " " 2022
Туманов Д.Н.

МЕНЮ

День/неделя: Вторник-1

Завтрак 7-11лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
175	Каша вязкая молочн. из риса и пшена	200	5,61	7,37	33,45	223,22	20,00
15	Сыр порциями	20	4,09	4,60	0,49	60,00	17,00
382	Какао с молоком	200	3,99	3,17	14,12	102,31	14,50
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	3,50
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25,00
Итого за Завтрак		565	17,65	15,99	79,60	538,28	80,00

День/неделя: Вторник-1

Завтрак 12-18лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции /гр/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
175	Каша вязкая молочн. из риса и пшена	200	5,61	7,37	33,45	223,22	20,00
15	Сыр порциями	20	4,09	4,60	0,49	60,00	17,00
382	Какао с молоком	200	3,99	3,17	14,12	102,31	14,50
ПР	Хлеб пшеничный	55	4,35	0,55	26,57	129,25	4,50
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	25,00
Итого за Завтрак		575	18,44	16,09	84,43	561,78	81,00

ПОВАР Михайорова Т. Ю

Утверждаю: ИП Александрова Е.Н.
Александрова Е.Н.

" " НИКОЛАЕВНА 2022

Согласовано: Директор МОБУ Новобурейская СОШ № 3
Туманов Д.Н.

2022

МЕНЮ

День/неделя: Среда-1

Завтрак 7-11лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
213	Омлет с картофелем отварным	220	16,67	18,90	24,48	335,14	51,00
29	С-т из сырых овощей	60	0,66	3,63	2,27	44,34	14,50
ПР	Чай из шиповника	200	0,19	0,08	14,88	64,54	8,00
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	3,50
Итого за Завтрак		525	21,08	23,06	63,37	549,77	77,00

День/неделя: Среда-1

Завтрак 12-18лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции /гр/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
213	Омлет с картофелем отварным	220	16,67	18,90	24,48	335,14	51,00
29	С-т из сырых овощей	100	1,10	6,06	3,79	74,05	24,50
ПР	Чай из шиповника	200	0,19	0,08	14,88	64,54	8,00
ПР	Хлеб пшеничный	55	4,35	0,55	26,57	129,25	4,50
Итого за Завтрак		575	22,31	25,59	69,72	602,98	88,00

ПОВАР

Маскиоререва Т.Ю.

Утверждаю: ИП Александрова Е.Н.



Александрова Е.Н.

2022

Согласовано: Директор МОБУ Новобурейская СОШ № 3



Гуманов Д.Н.

2022

МЕНЮ

День/неделя: Четверг-1

Завтрак 7-11лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
255/332	Печень по-строгановски, 50/40	90	12,76	8,90	6,83	159,41	40,50
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,07	5,72	36,32	229,08	18,00
67	Подгарнировка/винегрет овощной/	30	0,38	2,05	2,01	28,24	5,00
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,00	9,00
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	3,50
Итого за Завтрак		515	26,29	18,47	82,80	603,48	76,00

День/неделя: Четверг-1

Завтрак 12-18лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции /гр/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
255/332	Печень по - строгановски, 50/50	100	14,29	9,97	7,65	178,54	45,00
302	Каша рассыпчатая гречневая	200	10,81	7,66	48,67	306,97	24,00
67	Подгарнировка/винегрет овощной/	30	0,38	2,05	2,01	28,24	5,00
378	Чай с молоком и сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,00	9,00
ПР	Хлеб пшеничный	55	4,35	0,55	26,57	129,25	4,50
Итого за Завтрак		585	31,35	21,58	100,8	724	87,50

ПОВАР *Е.Ф. Никифорова Т.Ю.*

Утверждаю: ИП Александрова Е.Н.

Александрова Е.Н.

" " 2022

Согласовано: Директор МОБУ Новобурейская СОШ № 3

Туманов Д.Н.

" " 2022

МЕНЮ

День/неделя: Пятница-1

Завтрак 7-11лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
294/333	Котлеты рубленые из птицы с соусом 60/30	90	14,11	19,50	13,89	288,13	33,00
128	Картофельное пюре	150	2,90	8,58	16,86	162,43	23,50
71	Подгарнировка из огурцов свежих	30	0,21	0,03	0,57	3,30	8,00
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,20	48,78	3,00
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	3,50
Итого за Завтрак		515	20,78	28,56	65,26	608,39	71,00

День/неделя: Пятница-1

Завтрак 12-18лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции /гр/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
294/333	Котлеты рубленые из птицы с соусом 60/40	100	15,80	21,84	15,56	322,71	37,00
128	Картофельное пюре	200	3,86	11,41	22,43	216,00	31,00
71	Подгарнировка из огурцов свежих	30	0,21	0,03	0,57	3,30	8,00
376	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,20	48,78	3,00
ПР	Хлеб пшеничный	55	4,35	0,55	26,57	129,25	4,50
Итого за Завтрак		585	24,22	33,83	77,33	720,04	83,50

ПОВАР

Е.И. Микшерова Т.Ю.