



Утверждаю:
Гарасова И.Н. _____
И.Н. Гарасова

Согласовано:
Директор _____
Дроздова Р.С.
(подпись)
МБОУ СОШ №9 г.Тюльган

МЕНЮ

на 9 - 13 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	48,43	3,89	3,65		17/14,5	18,84
2	001352	Мясо птицы в сливочном соусе с макаронным гарниром	318,7	16,24	9,61	41,58	125/45/25	54,61
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	58,54	1,71	0,55	11,71	21	2,72
6	001512	Печенье затыжное Мария 22 г. в инд. уп.	87,56	1,76	1,89	16,72	1шт/22гр	7,06
			607,77	26,01	17,83	86,74		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	000234	Печень тушеная в соусе с овощами	115,31	11,74	5,1	5,44	45/45	37,84
3	001873	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,76
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	000020	Хлеб ржаной "Московский"	48,09	1,88	0,33	9,36	26	2,24
			372,74	18,32	10,01	51,32		107,70
Среда								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001355	Запеканка из творога	306,44	24,82	10,76	26,22	150	68,79
3	001524	Чай с лимоном и сахаром	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,45
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	61,07	2,04	0,63	11,78	25	2,69
5	000049	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
			570,57	28	22,08	63,03		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001422	Калуста морская Нори Original 3гр	16,5	0,44	1,34	0,69	3	52,00
2	002100	Жаркое "По-домашнему"со свинойной" п/ф	240,87	11,9	12,57	19,38	40/145	53,08
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	000018	Хлеб пшеничный Подовый	61,12	1,92	0,2	12,85	24	2,28
			318,5	14,26	14,11	32,92		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	48,43	3,89	3,65		17/14,5	18,90
2	001508	Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	136,55	9,01	5,16	13,28	80	46,46
3	001330	Рис припущенный	190,79	3,44	3,87	34,67	140	14,20
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
6	000174	Панкейки мини	122,02	2,01	2,82	20,01	50	17,97
			608,53	18,81	15,52	95,11		107,70

Шеф-повар _____

(подпись)

Мед. работник _____

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицок О.М.
(подпись)

Грицок О.М.

Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.
(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:
 И.Н. Барасова *Barasova*

Согласовано:
 Директор *Грицков О.М.*
 (подпись)
Мед. работн. Степанавичус В.Ю.

МЕНЮ

на 9 - 13 Декабря 2 024 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	001717	Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом сливочным с0т.10	197,87	6,81	8,47	22,55	210/2/5	35,64
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
5	000030	Хлеб ржаной "Столичный"	43,64	1,45	0,25	9,52	21	1,81
6	000256	Блинчики с вишней	225,74	3,22	6,75	39,23	80	39,96
			556,67	13,64	18,89	82,97		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001663	Котлета "Куриная ножка" с маслом сливочным	111,16	4,15	8,43	4,68	90	49,26
3	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
5	001655	Йогурт клубника-земляника питьевой 80г.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	000028	Хлеб пшеничный тостовый	45,71	1,43	0,4	9,09	17	1,72
7	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
			443,99	11,11	19,6	56,79		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001499	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	37,18
2	001677	Поджарка из мяса (свинина)	188,11	10,31	13,27	6,27	40/40	46,38
3	001317	Картофельные шарики запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150	19,31
4	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	47,77	1,47	0,46	9,45	20	2,07
			482,13	16,99	18,52	61,19		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	81,06	1,85	5,2	6,52	100	7,59
2	002301	Котлета из минтая	233,2	13,94	18,01	3,83	90	45,85
3	001252	Плов овощной	206,12	4,15	3,46	41,02	150	16,90
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	000094	Фрукт мандарин свежий	60,8	1,28	0,32	12	160	35,05
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	52,77	1,65	0,17	11,1	21	1,97
			633,96	22,87	27,16	74,47		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002214	Запеканка картофельная мясная п/ф	195,69	4,21	5,6	31,95	40/160	62,31
2	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
3	001495	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	67,35	2,52	0,97	11,69	29	4,21
5	001412	Зефир восточный с малиной	116,1	0,43		34,83	1шт/43 гр	22,25
			474,88	9,4	8,65	95,23		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицков О.М.

Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.

(подпись)