

"Утверждаю"
 МАОУ СОШ № 24
 Т.М. Заостровных



МЕНЮ

Сотрудники 13а

4 сентября 2023 г.

| Но- мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, | Жиры, | Угле- | ЭЦ, | Цена, | Доля, | Вложен- | Вложен- |
|------------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|---------------|----------|------------|
| | | | г всего | г всего | воды, г | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 11/2 | Рассольник с крупой и сметаной | 200 | 1,97 | 4,51 | 15,01 | 106,5 | 8,66 | | 0 | 0,4 |
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 200 | 7,07 | 3,97 | 45,48 | 245,3 | 13,95 | | 0 | 0,5 |
| 36/8 | Тефтели из мяса говядины с рисом | 100 | 12,94 | 13,09 | 12,79 | 218,9 | 61,21 | | 0 | 0,5 |
| - | Хлеб пшеничный | 60 | 3,97 | 0,35 | 31,08 | 143,6 | 4,04 | | 0 | 0 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,55 | | 0 | 0 |
| - | Напиток с витаминами Витошка | 200 | 0 | 0 | 18,95 | 70,71 | 6,60 | | 0 | 0 |
| Итого за 'Обед' | | | 27,92 | 22,28 | 135,8 | 843 | 96,01 | 100,00 | 0 | 1,4 |
| Итого за день | | | 27,92 | 22,28 | 135,8 | 843 | 96,01 | | 0 | 1,4 |

Содержание, % от
калорийности

14 24 62

"Утверждаю" Директор
 MAOY COШ № 24
 Т.М. Заостровных



МЕНЮ

Начальная школа 13а

4 сентября 2023 г.

| Но- мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюда) | Вы- ход, г | Белки, | Жиры, | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Цена, руб | Доля, % | Вложен- ный сахар, г | Вложен- ная соль, г |
|------------------------|--|---------------|--------------|--------------|---------------------|--------------|---------------|---------------|----------------------------|---------------------------|
| | | | г всего | г всего | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 11/2 | Рассольник с крупой и сметаной | 200 | 1,93 | 4,25 | 14,96 | 103,8 | 8,32 | | 0 | 0,4 |
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 170 | 6,01 | 3,37 | 38,66 | 208,5 | 11,86 | | 0 | 0,43 |
| 36/8 | Тефтели из мяса говядины с рисом | 100 | 12,88 | 13,08 | 12,38 | 217 | 61,17 | | 0 | 0,5 |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,64 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 2,69 | | 0 | 0 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,55 | | 0 | 0 |
| - | Напиток с витаминами Витошка | 200 | 0 | 0 | 18,95 | 70,71 | 6,60 | | 0 | 0 |
| - | Яблоки | 147 | 0,59 | 0,59 | 17,05 | 71,56 | 20,58 | | 0 | 0 |
| Итого за 'Обед' | | | 26,03 | 21,89 | 135,2 | 825,2 | 112,77 | 100,00 | 0 | 1,33 |
| Итого за день | | | 26,03 | 21,89 | 135,2 | 825,2 | 112,77 | | 0 | 1,33 |

Содержание, % от калорийности

13 25 62

"Утверждаю"
 Директор
 МАОУ СОШ № 24
 Т.М. Заостровных



МЕНЮ

Начальная коррекция 13а

4 сентября 2023 г.

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, | Жиры, | Угле- | ЭЦ, | Цена, | Доля, | Вложен- | Вложен- |
|---------------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-----------|-------------|
| | | | г всего | г всего | воды, г | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 11/4 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 150 | 5,32 | 5,38 | 25,06 | 168,6 | 8,93 | | 3 | 0,38 |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,18 | 15,54 | 71,79 | 2,02 | | 0 | 0 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,55 | | 0 | 0 |
| 4/13 | Сыр (порциями) | 30 | 7,89 | 7,98 | 0 | 105,2 | 20,40 | | 0 | 0 |
| 36/10 | Какао с молоком (вариант 2) | 200 | 4,31 | 4,05 | 16,03 | 112,7 | 12,87 | | 10 | 0 |
| - | Яблоки | 147 | 0,59 | 0,59 | 17,05 | 71,56 | 20,58 | | 0 | 0 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 22,07 | 18,53 | 86,19 | 587,9 | 66,35 | 44,48 | 13 | 0,38 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 11/2 | Рассольник с крупой и сметаной | 200 | 1,97 | 4,51 | 15,01 | 106,5 | 8,66 | | 0 | 0,4 |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,64 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 2,69 | | 0 | 0 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,55 | | 0 | 0 |
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,3 | 2,98 | 34,11 | 183,9 | 10,46 | | 0 | 0,38 |
| 36/8 | Тефтели из мяса говядины с рисом | 100 | 12,94 | 13,09 | 12,79 | 218,9 | 61,21 | | 0 | 0,5 |
| - | Напиток с витаминами Витошка | 200 | 0 | 0 | 18,95 | 70,71 | 6,60 | | 0 | 0 |
| Итого за 'Обед' | | | 24,84 | 21,17 | 114,1 | 733,8 | 91,17 | 55,52 | 0 | 1,28 |
| Итого за день | | | 46,9 | 39,7 | 200,3 | 1322 | 157,52 | | 13 | 1,65 |

Содержание, % от
калорийности

15 28 57