



Утверждаю ООС

ДЛЯ ДОКУМЕНТАЦИИ

Директор

Половинкина К.В.

Утверждаю

Директору сов

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование

« » 2023г.

День недели № рецеп	Наименование б.вода	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
ПОНЕДЕЛЬНИК-1															
Понедельник-1															
Завтрак (1 смена)															
210М	Плов из птицы	200	13.74	16.74	18.25	278.93	0.19	20.16	249.60	0.70	91.05	249.05	37.00	3.10	72.12
377М	Чай с лимоном	200	0.05	0.01	9.17	37.96	0.00	2.50	0.00	0.01	7.35	9.56	55.12	0.88	12.15
	Хлеб пшеничный	40	3.16	0.40	19.32	94.00	0.06	0.00	0.00	0.52	9.20	34.80	13.20	0.80	3.6
	Булочка	100	4.05	4.14	26.04	157.73	0.23	0.03	16.75	1.27	20.72	51.53	8.77	0.71	22.13
ИТОГО за завтрак			21.00	21.29	72.78	568.62	0.48	22.69	266.35	2.50	128.32	344.94	114.09	5.49	110.00

Обед (2 смена)

97М	Суп картофельный с крупой	200	2.01	2.23	13.60	182.60	0.08	6.60	121.60	0.08	60.72	99.78	21.20	0.81	19.21
125М	Рис отварной	150	2.98	4.21	24.03	146.24	0.18	29.40	20.00	0.20	19.58	87.51	34.03	1.36	17.89
232М	Рыба тушеная с овощами	90	10.79	7.73	4.72	131.64	0.11	0.64	33.15	2.01	46.61	147.93	20.28	0.41	55.12
349М	Компот из сухофруктов	200	0.70	0.05	23.10	96.72	0.02	0.72	0.00	0.99	28.80	26.28	18.90	0.62	12.18
	Хлеб пшеничный	70	5.14	0.76	29.58	143.62	0.12	0.00	1.80	1.18	19.70	82.20	27.30	1.97	5.60
ИТОГО ЗА ОБЕД			21.62	14.98	95.03	700.82	0.51	37.36	176.55	4.46	175.41	443.70	121.71	5.17	110.00
Всего за Понедельник 1			42.62	36.27	167.81	1269.44	0.99	60.05	442.90	6.96	303.73	788.64	235.80	10.66	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф-повар



Утверждаю
Директор МБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Бурятия»
М.П. _____

Утверждаю
Директор МБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Бурятия»
М.П. _____

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование
« » 2023г.

Дни/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр	Нитратные вещества, гр			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
ПЕДЕ.Я. I															
Вторник I															
Завтрак (1 смена)															
177M	Каша пшеничная с изюмом	250	7,98	8,19	43,41	280,48	0,22	0,57	33,50	0,24	138,73	201,14	53,41	1,61	34,80
15M	Сыр порционный	20	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	18,77
382M	Какао с молоком	200	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,00	19,43
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
	Фрукты	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,00	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10	33,4
ИТОГО за завтрак			18,60	15,09	86,31	561,53	0,37	39,23	77,12	1,05	446,05	456,14	113,96	3,66	110,00

Обед (2 смена)															
81M	Борщ с картофелем	200	1,46	3,09	7,57	64,75	0,03	18,70	0,00	1,49	34,33	37,17	18,84	0,90	24,02
302M	Каши гречневая	150	3,81	3,08	40,01	202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	16,64
297M	Котлета из кур, соев	50/40	13,64	12,93	6,76	198,28	0,08	1,34	46,90	1,26	12,60	119,42	17,35	1,35	53,73
350M	Кисель	200	0,19	0,04	22,30	87,74	0,01	36,00	0,00	0,13	9,68	5,94	5,58	0,28	10,01
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО в обед			27,59	23,39	109,44	756,55	0,38	75,38	70,70	5,96	120,09	319,39	91,06	5,97	110,00
ВСЕГО за Вторник-I			46,19	38,48	195,75	1318,08	0,75	114,61	147,82	7,01	566,14	775,53	205,02	9,63	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Утверждаю
Директор
М.П. _____

Утверждаю
Директор СМОУ сош
М.П. _____

МЕНЮ
по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование
« » 2023г.

День/ неделя № рецепта	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Среда-1															
Завтрак (1 смена)															
	Каша гороховая	150	14,09	0,82	30,05	186,75	0,18	29,40	20,00	0,20	19,58	87,51	34,03	1,36	14,58
288М	Котлета из говядины с соусом	90	26,95	9,74	0,51	173,16	0,11	3,44	68,80	0,42	26,60	201,17	24,41	1,68	55,15
377М	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	12,15
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,12
	Сок	200	0,90	0,18	18,18	82,80	0,02	36,00	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	25,00
ИТОГО за завтрак			45,15	11,15	77,23	574,67	0,37	71,34	88,80	1,33	75,33	345,64	83,96	7,24	110,00
Обед (2 смена)															
	Суп с бобовыми	200	8,02	4,60	15,00	133,81	0,24	1,74	4,90	1,59	42,00	115,34	36,19	2,19	24,54
309М	Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09	0,00	12,00	0,83	11,89	47,24	8,55	0,86	11,77
267К	Печень тушеная в соусе	90	17,14	10,78	15,17	226,95	0,36	24,26	5964,75	2,60	24,98	283,23	21,60	5,73	55,91
	Паниток из шинковика	200	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	14,66
	Хлеб пшеничный	40	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	3,12
ИТОГО за обед			36,32	19,07	110,54	761,44	0,81	76,00	6024,30	6,39	101,57	528,86	94,49	10,93	110,00
Всего за Среда-1			81,47	30,22	187,77	1336,11	1,18	147,34	6113,10	7,72	176,90	874,50	178,45	18,17	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание
Шеф повар



Утверждаю
Директор МБОУ
МБОУ «СШ-ПРО»
Инициала К.В.

Утверждаю
Директор МБОУ
М.П.

МЕНЮ
по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование
« » 2023г.

День/ неделя № рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ I															
Четверг-1															
Завтрак (1 смена)															
233M	Каша молочная Дружба	250	23,54	20,66	31,47	410,55	0,24	2,27	92,75	3,26	209,24	300,97	43,97	1,19	36,68
15M	Сыр порционный	15	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	13,77
	Фрукты	100	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30	36,52
419K	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,13	2,70	12,17	86,25	0,02	0,65	10,80	0,00	129,60	97,20	15,12	0,13	19,43
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
ИТОГО за завтрак			33,50	27,81	78,03	706,30	0,38	18,04	138,05	4,16	522,04	545,47	92,54	5,57	110,00
Обед (2 смена)															
87M	Щи из свежей капусты	200	1,57	3,12	5,82	58,47	0,05	28,00	0,00	1,47	37,10	31,75	15,10	0,57	20,10
291M	Плов из птицы	200	22,03	22,11	37,61	438,54	0,15	6,54	67,90	3,25	28,18	242,60	51,09	2,36	76,10
342M	Компот из сухофруктов	200	0,48	0,08	24,80	102,61	0,01	6,00	0,00	0,12	14,80	12,00	10,40	0,26	8,20
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО за обед			29,22	26,07	97,81	743,24	0,33	40,54	69,70	6,02	99,78	368,55	103,89	5,16	110,00
ВСЕГО за Четверг-1			62,72	53,88	175,84	1449,54	0,71	58,58	207,75	10,18	621,82	914,02	196,43	10,73	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Пятница К.В. _____

Утверждаю
Директор МОУ СОШ _____
М.П.

МЕНЮ
по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование
« » 2023г.

День/ неделя № рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Пятница-1															
Завтрак (1 смена)															
212М	Омлет с картофелем	200	18,44	27,88	10,63	367,21	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	64,15
423М	Булочка	100	4,05	4,14	26,04	157,73	0,23	0,03	16,75	1,27	20,72	51,53	8,77	0,71	25,00
382М	Какао с молоком	200	3,59	2,85	15,71	104,05	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,00	17,25
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
ИТОГО за завтрак			29,24	35,27	71,70	722,99	0,51	10,77	329,42	5,29	258,67	500,28	85,20	6,11	110,00
Обед (2 смена)															
	Суп вермишелевый на кур.бульоне	200	6,03	4,57	15,59	127,86	0,19	9,54	4,90	1,48	22,06	62,94	23,53	0,94	28,88
277К	Рагу овощное с курицей	300	14,23	13,75	5,91	204,19	0,08	1,80	0,00	1,27	14,16	148,05	19,18	2,17	63,34
349М	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	23,10	96,72	0,02	0,72	0,00	0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	12,18
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО за обед			26,10	19,13	74,18	572,39	0,41	12,06	6,70	4,92	84,72	319,47	88,91	5,70	110,00
ИТОГО за Пятница-1			55,34	54,40	145,88	1295,38	0,92	22,83	336,12	10,21	343,39	819,75	174,11	11,81	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф-повар