

Директор МБОУ СОШ № 12

Л.А. Истомина



МЕНЮ № 128

комплексного питания учащихся 7-11 лет

24 Июня 2024г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Цена	Калор. порций.ккал.
Завтрак				
3-17	Бутерброд с сыром (батон,масло слив,сыр)	20/10/30	39,00	167
173-17	Каша пшенная молочная с маслом сливочное (крупа пшенная,молоко,м/с)	150/5	41,00	207
379-17	Кофейный напиток с молоком (коф.нап.б/р,молоко)	200	28,00	92
338-17	Фрукты свежие	100	24,00	52
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	30	6,60	70
Итого сумма завтрака:		545	138,60	588
Обед				
20-17	Салат из свежих огурцов с зеленью (огурцы,,м/р)	60/1	36,00	52
82-17	Борщ с капустой и картоф и зеленью (картоф,мор,лук реп,свекла,капуста,том паста,м/р)	200/2	45,00	107
326-16	Нагетсы из филе птицы(филе куриное,яйцо,мука)	90	125,10	120
351-16/186-16	Картофель отварной,фасоль стручковая(картофель свеж,фасоль б/м,м/с)	150	56,00	130
388-17	Напиток витаминный(шиповник,изюм,сахар)	200	26,00	166
406-17	Пирожки печеные с яблоками(мука пшен,яйцо,м/с,молоко,яблоки,сахар)	60	29,00	90
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	40	8,80	100
26983-15	**Хлеб Дарницкий с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	25	5,50	58
Итого сумма обеда:		838	331,40	822
Итого сумма за день:		1383	470,00	1410

Примечание:

* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой 60 мл на 1 порцию;

** Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал.- 79;

*** Хлеб «Никитский»: белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал.- 66.

Зав. производством:

Т.А.Момизерова

Зав.структурным подразделением:

М.Н.Глухова

Приложение № 2

Директор МБОУ СОШ № 12
Л.А.Истомина

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая № 12



МЕНЮ № 128 комплексного питания учащихся 12-16 лет

24 Июня 2024г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Цена	Калор. порций.ккал.
Завтрак				
3-17	Бутерброд с сыром (батон,масло слив,сыр)	20/10/30	39,00	167
173-17	Каша пшенная молочная с маслом сливочное (крупа пшенная,молоко,м/с)	240/10	51,00	238
379-17	Кофейный напиток с молоком (коф.нап.б/р,молоко)	200	27,00	110
338-17	Фрукты свежие	100	24,00	52
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	50	9,90	113
Итого сумма завтрака:		655	150,90	680
Обед				
20-17	Салат из свежих огурцов с зеленью (огурцы,,м/р)	100/1	45,00	62
82-17	Борщ с капустой и картоф и зеленью (картоф,мор,лук реп,свекла,капуста,том паста,м/р)	250/2	52,00	150
326-16	Нагетсы из филе птицы(филе куриное,яйцо,мука)	110	154,40	162
351-16/186-16	Картофель отварной,фасоль стручковая(картофель свеж,фасоль б/м,м/с)	180	64,00	122
388-17	Напиток витаминный(шиповник,изюм,сахар)	200	26,00	160
406-17	Пирожки печеные с яблоками(мука пшен,яйцо,м/с,молоко,яблоки,сахар)	60	29,00	90
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	50	11,00	125
26983-15	**Хлеб Дарницкий с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	35	7,70	81
Итого сумма обеда:		988	389,10	952
Итого сумма за день:		1643	540,00	1632

Примечание:

* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой 70 мл на 1 порцию;

** Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5, Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал.- 79;

*** Хлеб «Никитский»: белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал.- 66.

Зав. производством:

Т.А.Момизерова

Зав.структурным подразделением:

М.Н.Глухова