


Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

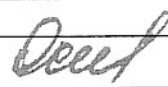
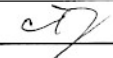
 /Фаламеева Е. В./

МЕНЮ на "8" апреля 2024г. 1 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГУЛЯШ (ИЗ ПТИЦЫ) масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, куриная грудка филе, вода питьевая	50/50	47,39	12,4	14,3	3	191
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	14,03	4,4	7	46,6	267
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15	3,10	0,2		15	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами	40	4,73	3	1,2	20,6	105
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ сахар песок, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая	50	5,75	4,5	4,6	29,4	177
Итого		75,00	24,5	27,1	114,6	801
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ (филе инд) филе индейки консервированное*, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное, макаронные изделия высш сорт, морковь, лук репчатый, вода питьевая, приправа сухая*	250/5	6,72	3	3,1	15,4	102
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ свинина мясная, вода питьевая, лук репчатый, сухари панировочные, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное	100	41,74	11,1	27	12,7	334
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло	180	12,54	10,2	7,7	46	294
НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ нектар фруктовый*	200	12,00			11,3	45
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами	30	3,00	2,3	0,9	15,4	79
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	35	2,00	2,3	0,3	14,8	71
Итого		75,00	28,9	39	115,6	925
Всего			53,4	66,1	230,2	1726


Директор ООО "Максимум"
Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н.Осиновская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

 /Фаламеева Е.В./

МЕНЮ на "9" апреля 2024г.
2 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, пшено</small>	250/5	22,74	9	9,2	46,1	305
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ <small>цикорий*, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности</small>	200	13,80	2,1	2,5	16,2	95
ЙОГУРТ БЗМЖ <small>Йогурт 1,2% жирности*</small>	100	36,00	2,4	1,2	14,4	80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	35	2,46	1,5	0,6	10,3	52
Итого		75,00	15	13,5	87	532
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ <small>масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, горох лущеный, лавровый лист, картофель, лук репчатый, морковь</small>	250	8,96	5,9	2,5	19,2	124
БИТОЧЕК "КРЕПЫШ" <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, филе бедра куриного*, лук репчатый</small>	100	39,32	11,6	12,8	13,4	215
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное</small>	180	20,00	3,8	6,5	25,7	177
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,10	0,2		15	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	30	1,80	2	0,3	12,7	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	30	1,82	2,3	0,9	15,4	79
Итого		75,00	25,8	23	101,4	717
Всего			40,8	36,5	188,4	1249


Директор ООО "Максимум"
Зав. производством (шеф-повар)



Е.Н.Осиновская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

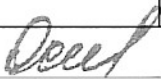

 /Фаламеева Е.В./

МЕНЮ на "10" апреля 2024г.
3 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ <small>вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, куриная грудка филе</small>	100	43,00	14,1	17	14,4	267
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>макаронные изделия в/с, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	11,00	6,8	5,8	43,1	257
КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ <small>кукуруза (консервированная)</small>	30	12,00	0,7	0,1	3,3	17
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой</small>	200	4,60	0,3		16,4	69
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	40	4,40	3	1,2	20,6	105
Итого		75,00	24,9	24,1	97,8	715
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <small>приправа сухая*, чеснок, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности</small>	250/5	13,16	1,6	2,9	8,7	71
ПЛОВ С ПТИЦЕЙ <small>томатная паста, куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная</small>	280	50,38	19,6	28,4	61,5	581
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М <small>лимонная кислота, сахар песок, компотная смесь*, вода питьевая</small>	200	7,14			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	30	2,13	2	0,3	12,7	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	35	2,19	2,6	1	18	92
Итого		75,00	25,8	32,6	120,3	882
Всего			50,7	56,7	218,1	1597


Директор ООО "Максимум"
Зав. производством (шеф-повар)

Е.Н.Осинеvская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

 /Фаламеева Е.В./

МЕНЮ на "11" апреля 2024г.
4 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛЯ ОСОБАЯ В СОУСЕ куриная грудка филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, свинина мясная, лук репчатый, соль йодированная, томатная паста, сахар песок, вода питьевая, морковь, лавровый лист	50/50	30,08	7,4	13,6	10,1	193
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	15,05	10,2	7,7	46	294
КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ вода питьевая, сахар песок, молоко сгущенное с сахаром 8,5%	200	21,72	2	1,6	12,6	73
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ сахар песок, мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая	50	5,75	4,5	4,6	29,4	177
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами	20	2,40	1,5	0,6	10,3	52
Итого		75,00	25,6	28,1	108,4	789
Обед						
БУЛЬОН С КУРИЦЕЙ С ГРЕНКАМИ ПШЕНИЧНЫМИ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, филе бедра куриного*, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная	250/5/20	10,62	4	1,7	20,4	112
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (ФИЛЕ ИНД) лавровый лист, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, филе индейки консервированное*, картофель, вода питьевая, лук репчатый, морковь	300	55,90	11,7	13,7	45,9	352
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	7,14			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	25	1,34	1,7	0,2	10,6	51
Итого		75,00	17,4	15,6	96,3	592
Всего			43	43,7	204,7	1381

Директор ООО "Максимум"
Зав. производством (шеф-повар)




Е.Н.Осиневская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

 /Фаламеева Е.В./

**МЕНЮ на "12" апреля 2024г.
5 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ**

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), *молоко пастер 3,2% жирности, соль йодированная</small>	200	57,52	15,3	17,1	2,7	300
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,10	0,2		15	61
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ <small>сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая</small>	100	11,50	8,8	9,3	59,1	354
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	35	2,88	2,6	1	18	92
Итого		75,00	26,9	27,4	94,8	807
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <small>сметана 15% жирности, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, приправа сухая*, соль йодированная, чеснок, лавровый лист</small>	250/5	14,66	1,8	2,9	12,1	84
ГУЛЯШ (МЯСНОЙ) <small>масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, лук репчатый, свинина мясная</small>	50/50	37,22	9,4	22,7	2,8	254
СПАГЕТТИ <small>спагетти*, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода</small>	180	8,44	6,5	5,8	41,8	251
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>огурцы грунтовые</small>	15	6,08	0,1		0,4	2
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой</small>	200	4,60	0,3		16,4	69
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	50	4,00	3,3	0,4	21,2	102
Итого		75,00	21,4	31,8	94,7	762
Всего			48,3	59,2	189,5	1569

Директор ООО "Максимум"
Зав. производством (шеф-повар)



Е.Н.Осиневская