

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР



/Фаламеева Е.В./

МЕНЮ "23" декабря 2024г.
1 день 2 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 РИСА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная</small>	250/5	34,00	7,30	8,40	52,50	316,00
БУТЕРБРОД С МЯСНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, карбонат</small>	60	36,00	5,90	2,90	22,10	138,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	40	6,00	3,00	1,20	20,60	105,00
Итого	570	79,00	13,40	11,30	89,50	514,00
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, приправа сухая*, соль йодированная, вода питьевая, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности</small>	250/5	12,00	1,90	5,80	8,90	98,00
ГУЛЯШ (КУРА) <small>куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая</small>	100	50,80	11,10	12,50	2,80	168,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	10,60	8,50	6,50	38,40	245,00
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,00	0,00	0,00	19,40	77,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	20	4,00	2,30	0,90	15,40	79,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	50	3,00	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого	805	79,00	22,80	25,00	78,00	629,00
Всего			36,20	36,30	167,50	1 143,00

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав производством

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР



/Фаламеева Е.В/

МЕНЮ "24" декабря 2024г.
2 день 2 неделя

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ <small>макаронные изделия в/с, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский</small>	240	27,50	10,50	9,90	41,40	303,00
КАКАО - НАПИТОК "ВИТОША" НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ <small>вода питьевая, сахар песок, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, какао -напиток с витаминами "витоша"</small>	200	19,50	2,00	1,60	12,60	73,00
БЛИНЧИКИ С ЯБЛОКОМ <small>блинчики с яблоком, масло подсолнечное рафинированое</small>	70	26,50	2,50	7,30	15,90	139,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	40	5,50	3,00	1,20	20,60	105,00
Итого	550	79,00	15,00	18,80	69,90	515,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ <small>картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист</small>	250	10,00	5,80	5,40	19,30	149,00
КОТЛета МОСКОВСКАЯ <small>свинина мясная, вода питьевая, лук репчатый, сухари панировочные, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое</small>	100	33,20	10,00	24,20	11,50	304,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	180	21,20	3,40	4,90	23,30	152,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>яблоко*, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота</small>	200	12,00	0,00	0,00	19,40	77,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ИОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	20	5,60	3,00	1,20	20,60	105,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	50	3,00	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого	800	79,00	20,50	34,70	82,00	723,00
Всего			35,50	53,50	151,90	1 238,00

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав производством

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

/Фаламеева Е.В/

МЕНЮ "25" декабря 2024г.

3 день 2 неделя

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ШНИЦЕЛЬ свинина мясная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное	100	52,00	11,60	27,20	13,50	345,00
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	16,00	3,70	5,90	38,80	223,00
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой	200/15	3,85	0,30	0,00	16,30	69,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая	50/2	4,40	4,30	4,60	29,50	176,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами	20	2,75	1,50	0,60	10,30	52,00
Итого	567	79,00	17,10	33,70	78,90	689,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, приправа сухая*, лавровый лист, рыбн.консервы в масле. скумбрия атл.бланш*, картофель, лук репчатый	250	18,40	4,20	6,40	19,30	152,00
ТЕФТЕЛКИ НЕЖЕНКА В СОУСЕ мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, филе бедра куриного*, лук репчатый, вода питьевая, томатная паста, сахар песок, лавровый лист, морковь	110	36,60	8,70	9,20	12,80	169,00
СПАГЕТТИ спагетти*, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	180	9,20	5,50	4,90	34,80	209,00
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые	15	5,00	0,10	0,00	0,40	2,00
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	7,00	0,00	0,00	19,40	77,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами	20	2,00	3,00	1,20	20,60	105,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	25	3,00	1,30	0,20	8,50	41,00
Итого	800	79,00	19,80	20,70	75,80	573,00
Всего			36,90	54,40	154,70	1 262,00

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав производством

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

/Фаламеева Е.В/

МЕНЮ "26" декабря 2024г.

4 день 2 неделя

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	250/5	31,60	9,50	10,90	43,00	309,00
ЙОГУРТ БЗМЖ <small>йогурт 1,2% жирности*</small>	100	40,00	2,40	1,20	14,40	80,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ <small>мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая</small>	50/2	4,40	4,50	4,70	29,50	178,00
Итого	622	79,00	12,10	12,10	72,30	449,00
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ <small>картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, сметана 15% жирности, свинина мясная</small>	250/5/5	20,00	3,40	8,30	16,60	157,00
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ <small>филе бедра куриного*, масло подсолнечное рафинированное, морковь, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая</small>	100	40,50	9,80	10,50	3,20	147,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое</small>	180	10,60	8,50	6,50	38,40	245,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
ХЛЕБ РЖАНОИ <small>*хлеб украинский</small>	45	4,90	2,30	0,30	14,80	71,00
Итого	800	79,00	21,90	25,30	73,10	609,00
Всего			34,00	37,40	145,40	1 058,00

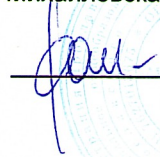
Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав производством

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

 /Фаламеева Е.В./

МЕНЮ "27" декабря 2024г.

5 день 2 неделя

12-18 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ "ОСЕННИЙ" С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ <small>молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 9,0% жирности, сахар песок, *яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности, ванилин, *молоко</small>	155	40,50	15,20	11,30	30,00	286,00
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
ЯБЛОКО <small>яблоки</small>	130	31,20	0,50	0,50	12,70	61,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	50	4,30	2,30	0,90	15,40	79,00
Итого	550	79,00	15,90	11,80	57,60	407,00
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, приправа сухая*, сметана 15% жирности, соль йодированная, чеснок, лавровый лист</small>	250/5	13,00	1,80	5,80	12,00	110,00
КОТЛЕТА РЫБНАЯ <small>вода питьевая, фарш рыбный*, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	100	33,35	11,50	6,00	14,90	160,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	180	21,20	3,40	4,90	23,30	152,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>лимон, чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15/7	5,60	0,30	0,00	15,10	63,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	50	5,85	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого	807	79,00	17,00	16,70	65,30	485,00
Всего			32,90	28,50	122,90	892,00

Директор ООО "Максимум"



Е.Н. Осиневская

Зав производством

