

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

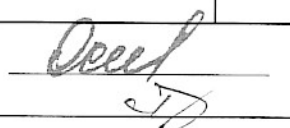
 /Фаламеева Е.В./

МЕНЮ на "15" апреля 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						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ <small>макаронные изделия в/с, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский</small>	240	44,72	14,6	16,4	47,5	403,6
ПИРОГ ВЫПЕЧНОЙ С КОНФИТЮРОМ	75	21,18	4,2	4,1	43,8	231
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>лимон, чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15/7	5,50	0,3		15,2	63
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами</small>	30	3,60	2,3	0,9	15,4	79
Итого		75,00	21,4	21,4	121,9	776,6
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
БИТОЧЕК "КРЕПЫШ" <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, филе бедра куриного*, лук репчатый</small>	100	38,67	11,6	12,8	13,4	215
РИС ОТВАРНОЙ <small>крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая</small>	180	14,03	4,4	7	46,6	267
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая</small>	200	7,14			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	30	2,00	2	0,3	12,7	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами</small>	35	2,00	2,6	1	18	92
Итого		75,00	22,2	24	118,8	783
Всего			43,6	45,4	240,7	1559,6

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



Е.Н.Осиневская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

 /Фаламеева Е.В./

МЕНЮ на "16" апреля 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						
КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, соль йодированная</small>	250/10	27,53	7,4	12,8	41,9	312
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	21,72	2	1,6	12,6	73
БЛИНЧИКИ С ЯБЛОКОМ <small>блинчики с яблоком, масло подсолнечное рафинированное</small>	70	20,21		1		9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	30	5,54	3	1,2	20,6	105
Итого		75,00	12,4	16,6	75,1	499
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
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ <small>свинина мясная, вода питьевая, лук репчатый, сухари панировочные, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное</small>	100	42,27	11,1	27	12,7	338
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное</small>	180	19,67	3,8	6,5	25,7	177
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200	3,10	0,2		15	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	30	1,00	1,3	0,2	8,5	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами</small>	25	1,00	1,9	0,7	12,9	66
Итого		75,00	24,2	36,9	94	827
Всего			36,6	53,5	169,1	1326

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


Е.Н.Осиневская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

 /Фаламеева Е.В./

МЕНЮ на "17" апреля 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						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (гов туш) лавровый лист, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, консервы говядина тушеная, картофель, вода питьевая, лук репчатый, морковь	300	55,45	10,8	11,5	40,2	307
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ цикорий*, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	200	13,80	2,1	2,5	16,2	95
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	17,4	18,6	85,8	579
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	16,30	3,1	4,3	19,3	129
ТЕФТЕЛЬКИ 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	50/50	26,36	7,4	7,8	11,2	145
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия в/с, вода питьевая, соль йодированная, масло	180	12,67	6,8	5,8	43	257
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые	20	8,08	0,2		0,4	3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	7,14			19,4	77
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2,00	1,7	0,2	10,6	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	25	2,45	1,9	0,7	12,9	66
Итого		75,00	21,1	18,8	116,8	728
Всего			38,5	37,4	202,6	1307


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



Е.Н.Осиновская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

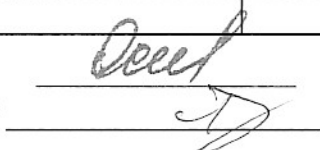
 /Фаламеева Е.В./

**МЕНЮ на "18" апреля 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						
ШНИЦЕЛЬ (МЯСНОЙ) масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сухари панировочные, свинина мясная, вода питьевая	100	48,75	13	30,8	16,1	394
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	14,53	4,4	7	46,6	267
ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой	200	4,60	0,3		16,4	69
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая	50	4,62	4,4	4,6	29,5	177
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами	30	2,50	2,3	0,9	15,4	79
Итого		75,00	24,4	43,3	124	986
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, соль йодированная, лавровый лист, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, морковь, крупа перловая, вода питьевая	250/5	15,67	2,4	3,2	16,6	107
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ КАРТОФЕЛЯ) филе бедра куриного*, масло подсолнечное рафинированное, морковь, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая	100	41,00	10,9	11,6	3,5	163
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло	180	12,54	10,2	7,7	46	294
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15	3,10	0,2		15	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	35	3,00	2,3	0,3	14,8	71
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами	30	3,00	2,3	0,9	15,4	79
Итого		75,00	28,3	23,7	111,3	775
Всего			52,7	67	235,3	1761

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



Е.Н.Осиновская

Утверждаю

Директор МОУ Михайловская СШ ЯМР

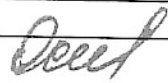
 /Фаламеева Е.В./

**МЕНЮ на "19" апреля 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 пастер. 3,2% жирности, крупа манная, соль йодированная, яблоко*, крупа рисовая</small>	110/45	45,32	16,9	13,3	43,4	365
ЧАЙ С САХАРОМ <small>чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15	3,10	0,2		15	61
ЯБЛОКО <small>яблоки</small>	130	25,00	0,5	0,5	12,7	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами</small>	50	1,58	3,8	1,5	25,7	131
Итого		75,00	21,4	15,3	96,8	618
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <small>сметана 15% жирности, свекла, капуста белокачанная, 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
КОТЛЕТА РЫБНАЯ <small>вода питьевая, фарш рыбный*, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</small>	100	32,70	11,5	6	14,9	160
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло следко-сливочное</small>	180	19,67	3,8	6,5	25,7	177
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>лимон, чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая</small>	200/15/7	5,50	0,3		15,2	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>*хлеб украинский</small>	25	2,00	2	0,3	12,7	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами</small>	20	1,50	1,5	0,6	10,3	52
Итого		75,00	20,9	16,3	90,9	597
Всего			42,3	31,6	187,7	1215

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



Е.Н.Осиневская

