



Утверждаю
 Генеральный директор ООО «Этаптон +»

Подлин В. А.



Тверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 8 г. Буряковск

Недельное меню для обучающихся в общеобразовательных организациях 2022 год

1-4классы													
Рецептура	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углевод, г	Калорийность, ккал	Вит.В1, мг	Вит.С, мг	Вит.А, мг	Вит.Е,мг	Са,мг	Р,мг	Мг,мг	Fe,мг
№45 сбд Капуства тушеная	60	1,080	1,640	4,700	38	0,200	8,240	0,010	0,100	25,650	0,010	9,800	0,380
№293 Котлеты рубленные из брол.цыплят	80	10,240	5,370	19,360	0	0,080	0,000	0,000	0,000	89,430	158,000	0,640	0,300
Соус сметанный с томатом	50	0,880	2,490	3,510	40	0,120	0,000	0,000	1,250	14,620	4,890	0,014	0,190
№291 Каша гречневая рас	150	6,662	9,024	34,000	170	0,292	0,000	0,000	0,511	44,822	204,660	48,600	1,310
№376 Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию:		22,672	18,964	94,800	403	0,739	8,510	0,010	2,299	196,882	421,910	77,984	2,982
5-11классы													
45 Капуста тушеная	100	2,160	3,280	9,400	76	0,400	16,480	0,020	0,200	51.3	0,020	19,600	0,760
№291 Каша гречневая рас котлеты рубленные из брол.цыплят	180	7,943	10,820	40,790	204	0,350	0,000	0,000	0,561	44,820	204,660	48,600	1,310
293 брол.цыплят	80	10,240	5,370	19,360	0	0,080	0,000	0,000	0,000	89,430	158,000	0,640	0,300

№376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Булочка сдобная	50	3,800	5,100	23,170	164	0,050	0,020	0,000	0,000	21,670	0,000	0,000	0,420
	Хлеб сельский,	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Итого по питанию:		27,953	25,010	125,950	599	0,927	16,770	0,000	1,199	178,280	417,030	87,770	3,592

ГПД:

№138,20	Суп картофельный с крупной рисовой	250	2,690	2,840	17,400	105	0,110	8,250	0,000	0,000	211,600	0,000	0,000	1,090
ДеЛи,20	Компот из с/фруктов	200	1,000	0,005	27,500	110	0,010	0,320	0,010	0,010	28,890	10,000	18,970	0,610
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0,00	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Итого по питанию:		5,970	3,085	59,660	286	0,120	8,570	0,010	0,340	246,490	29,500	23,170	1,700

2 день 2 неделя

1-4классы

№52	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,000	0,641	121,090	84,582	12,540	0,198
№266	Пюре гороховое	150/5	14,700	5,100	33,150	240	0,450	0,000	0,000	6,370	78,150	0,000	0,000	6,370
ДеЛи20	Бифтшекс рубный	80	8,320	7,150	0,000	200	0,040	0,000	0,000	1,343	11,010	127,020	6,000	1,100
№376	Чай с сахаром	200/15	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		27,685	16,343	77,960	651	0,548	7,970	0,000	8,792	232,610	265,952	37,470	8,470

5-11классы

№175	Каша молочная "Дружба"	200/10	7,20	11,40	43,50	304,70	0,10	9,98	0,00	0,00	44,00	0,00	0,00	8,40
№338	Фрукты	100	0,40	0,40	7,35	47,00	0,03	8,00	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	0,03
Дели	Булочка Домашняя	50	3,8	5,1	23,17	164,3	0,05	0,02	0	0	21,67	0	0	0,42
№376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	0,10
	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб сельский	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Итого по питанию:		11,49	14,15	93,58	530,00	0,19	31,10	0,00	1,61	305,84	206,32	48,83	9,98

ГПД:

№388	Каша пшеничная молочная	150/5	8,55	7,23	41,17	270,05	0,21	0,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	0,42
Дели	Напиток из шиповника	200	0,700	0,800	28,800	133	0,000	0,200	80,000	0,000	18,900	3,100	4,800	0,500
	Хлеб пшеничный	40	3,173	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44
	Итого по питанию:		12,423	8,350	89,650	498	0,254	0,200	80,000	0,440	40,900	29,100	10,400	1,360

3 день 2 неделя

1-4классы

№62	Капуста тушенная	60	1,08	1,64	4,70	38,00	0,20	8,24	0,01	0,10	25,65	0,01	9,80	0,38
№338	Фрукты	100	0,40	0,40	7,35	47,00	0,03	8,00	0,00	0,20	46,00	11,00	0,10	0,00
№312	Пюре картофельное	150/5	3,090	8,282	22,000	172	0,164	7,943	0,080	3,000	47,805	98,835	8,000	0,000
№234	Биточки рыбные	80	6,450	4,240	7,490	116	0,050	0,480	0,100	0,646	44,020	137,060	12,000	0,000

№377	Чай с сахаром и лимон	200/15 /7	0,08	0,012	15,185	62,000	0	2,800	0,000	0,014	3,250	1,540	0,840	0,080
	Хлеб сельский, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		14,384	15,014	80,485	550	0,494	27,463	0,190	4,398	175,485	280,665	37,940	1,162
5-11 классы														
№312	Пюре картофельное	180/5	3,708	9,930	26,396	224	0,104	0,000	0,120	0,979	19,740	68,410	10,175	1,030
№234	Биточки рыбные	80	6,450	4,240	7,490	116	0,050	0,480	0,100	0,646	44,020	137,060	12,000	0,000
№377	Чай с сахаром и лимон	200/15 /7	0,08	0,01	15,19	62,00	0,00	2,80	0,00	0,014	3,25	1,54	0,84	0,08
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,33
Дели	Ватрушка с повидлом	50	2,70	2,30	23,30	125,90	0,00	0,00	0,00	0,10	6,00	24,90	4,40	0,30
	Хлеб сельский	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Итого по питанию:		16,218	16,920	96,131	643	0,168	3,280	0,220	1,941	78,530	257,350	33,415	2,110
ГПД:														
	Борщ из свежей капусты	250	1,550	1,870	9,330	67	0,040	9,970	34,270	5,799	22,000	204,000	40,600	1,870
	Компот из сухофруктов	200	0,000	0,000	19,400	77	0,000	0,000	0,000	0,000	8,500	1,800	0,000	0,000
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44
	Итого по питанию:		4,590	2,190	48,410	239	0,084	9,970	34,270	6,239	38,500	231,800	46,200	2,310
4 день 2 неделя														
1-4 классы														

Дели 2011	Фрукты	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,200	46,000	11,000	0,100	0,000
сбор.														
Рец.	Плов из птицы	50/150	14,510	14,720	28,340	364	0,210	4,900	0,100	1,200	83,070	237,000	40,450	1,900
№382 Дк	Какао с молоком	200	3,780	0,670	26,000	125	0,020	1,330	0,000	0,012	133,330	111,110	25,560	2,000
	Хлеб сельский, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		21,970	16,230	85,450	651	0,307	14,230	0,100	1,850	271,160	391,330	73,310	4,602
5-11классы														
№449,19	Борщ из с/кап со смет	250/10	1,550	1,870	9,330	67	0,040	9,970	34,270	5,799	22,000	204,000	40,600	1,870
№413 Дк	Сосиска в тесте	120	11,81	19,88	41,9	380	0	0	0	0	98,29	128,33	21,92	1,33
Дели, 2														
011-	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	14,80	59,30	0,00	0,00	0,00	0,00	10,90	3,90	3,70	0,40
	Хлеб сельский	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,20	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		17,840	22,390	93,590	644	0,167	26,640	34,270	7,027	153,950	394,450	93,420	4,302
ГПД:														
	Каша ячневая	200/5	7,07	7,60	36,80	245,34	0,14	0,50	0,00	0,14	146,92	33,86	159,07	0,90
	молочная с маслом	200/15	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,000	0,014	3,250	1,540	0,840	0,067
	Чай с сахаром и лимоном	/7	3,04	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44
	Хлеб пшеничный	40	10,194	7,932	71,665	402	0,187	3,300	0,000	0,594	158,170	61,400	165,510	1,407
	Итого по питанию:		10,194	7,932	71,665	402	0,187	3,300	0,000	0,594	158,170	61,400	165,510	1,407
5 день 2неделя														
1-4классы														

№45	Капуста тушеная	60	1,08	1,64	4,70	38,00	0,20	8,24	0,01	0,10	25,65	0,01	9,80	0,38
№280 Св	Фрикадельки в соусе	55/50	8,330	7,743	3,194	175	0,030	0,650	0,100	1,256	100,530	110,070	0,077	1,000
	Фрукты	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,100	16,000	11,000	9,000	0,030
№171	Каша гресневая рас	150	6,662	9,024	34,000	170	0,292	0,000	0,000	0,511	44,822	204,660	48,600	1,310
№388	Напиток из шиповника	200	0,700	0,800	28,800	133	0,000	0,200	80,000	0,000	18,900	3,100	4,800	0,500
	Хлеб сельский, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		20,450	20,050	101,800	678	0,600	17,090	80,100	2,410	214,660	361,060	79,480	3,920

5-11классы

№280	Фрикадельки в соусе	55/50	8,330	7,743	3,194	175	0,030	0,650	0,100	1,256	100,530	110,070	0,077	1,000
№171	Каша гречневая расп.	180	7,943	10,820	40,790	204	0,350	0,000	0,511	0,000	44,870	204,660	48,600	1,310
№376	Чай с сахаром	200/15	5,26	8,35	44,14	274,22	0,00	0,00	0,00	0,00	13,60	170,74	22,33	1,01
	Хлеб сельский	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		24,813	28,120	111,884	768	0,427	0,650	0,611	1,694	167,760	517,690	78,207	4,020

ГПД:

№138,20	Суп картофельный с бобовыми	250	5,450	5,270	16,530	86	0,228	0,000	0,000	0,000	42,670	88,100	35,570	2,050
Дели,2	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	0,10
011-	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44

Итого по питанию:		3,007	5,590	45,680	220	0,272	0,270	0,000	0,440	64,270	136,230	52,900	2,590
6 день 2 недели													
1-4классы													
	Салат из свеклы												
№52 Де	отварной	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,000	0,641	121,090	84,582	12,540
Дели 20	Сосиска отварная	50	3,700	8,460	0,400	54	0,019	0,000	0,000	0,500	17,500	69,500	8,000
№203 де	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,100	4,468	28,500	187	0,087	0,000	0,100	0,816	16,457	57,009	8,476
№378 де	Чай с сахаром и молоком	150/50	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400
	Хлеб белый,1с	50	2,85	0,3	18,45	88,75	0,0413	0	0	0,4125	7,5	24,375	5,25
Итого по питанию:			14,025	18,231	74,830	467	0,198	9,030	0,260	2,370	299,147	328,266	39,666
5-11классы													
№413 де	Сосиска в тесте	120	11,810	19,880	41,090	380	0,000	0,000	0,000	0,000	98,290	128,330	21,920
	Фрукты	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,100	16,000	11,000	9,000
№378 де	Чай с сахаром и молоком	50/50/1	1,520	1,350	15,900	81	0,040	1,330	0,160	0,000	136,600	92,800	5,400
	Хлеб белый,1с	40	4,56	0,48	29,52	142	0,066	0	0	0,66	12	39	8,4
Итого по питанию:			18,290	22,110	93,860	650	0,136	9,330	0,160	0,760	262,890	271,130	44,720
												2,130	