

## Меню на 16.10.2024



## ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Завтрак 1-4 1 смена</b>								<b>Итого: 85,20 Р</b>
-	Плов из филе индейки с куркумо	Завтрак	318,89	12,65	15,25	39,76	200	68,50
-	Помидор свежий	Завтрак	7,62	0,32	0,06	1,12	30	8,41
-	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	3,04
-	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,58
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	145,48	4,24	0,57	30,84	20	1,67
<b>Завтрак 5-11 дотация</b>								<b>Итого: 98,52 Р</b>
-	Гуляш из мяса	Завтрак	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,28
-	Макароны отварные с овощами	Завтрак	221,2	6,2	8,9	41,16	180	15,57
-	Помидор свежий	Завтрак	11,43	0,48	0,09	1,68	45	12,62
-	Напиток из шиповника	Завтрак	56,01	0,01	0,01	13,12	200	9,76
-	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,19	14,02	30	2,50
<b>Завтрак 5-11 родительские</b>								<b>Итого: 98,52 Р</b>
-	Гуляш из мяса	Завтрак	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,28
-	Макароны отварные с овощами	Завтрак	221,2	6,2	8,9	41,16	180	15,57
-	Помидор свежий	Завтрак	11,43	0,48	0,09	1,68	45	12,62
-	Напиток из шиповника	Завтрак	56,01	0,01	0,01	13,12	200	9,76
-	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,19	14,02	30	2,50
<b>Комплекс 1</b>								<b>Итого: 212,99 Р</b>
-	Рассольник лен со смет с мясом	Обед	124,38	3,1	6,6	19,24	250/10/15	34,23
-	Гуляш из мяса	Обед	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,28
-	Плов из филе индейки с куркумо	Завтрак	318,89	12,65	15,25	39,76	200	68,50
-	Макароны отварные с овощами	Обед	184,33	5,17	7,41	37,3	150	13,01
-	Помидор свежий	Завтрак	7,62	0,32	0,06	1,12	30	8,41
-	Помидор свежий	Обед	7,62	0,32	0,06	1,12	30	8,41
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	17,1	200	11,57
-	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	3,04
-	Хлеб подовый чусовской	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
-	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,58

Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	145,48	4,24	0,57	30,84	20	1,67
Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,98	0,19	14,02	30	2,50

**Комплекс 2**

**Итого: 246,31 Р**

Рассольник лен со смет с мясом	Обед	124,38	3,1	6,6	19,24	250/10/20	41,60
Гуляш из мяса	Обед	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,28
Плов из филе индейки с куркум	Завтрак	398,62	15,82	19,06	49,7	250	85,22
Макароны отварные с овощами	Обед	221,2	6,2	8,9	41,16	180	15,57
Помидор свежий	Завтрак	7,62	0,32	0,06	1,12	30	8,41
Огурец свежий	Обед	10,16	0,43	0,08	1,49	40	11,21
Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	17,1	200	11,57
Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,8	200	3,04
Хлеб подовый чусовской	Завтрак	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,58
Хлеб подовый чусовской	Обед	96,7	3,3	0,6	16,7	50	3,58
Хлеб крестьянский витаминный	Обед	131,24	4	1,74	23,52	50	4,17
Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	65,62	2	0,87	11,76	30	2,08

**Обед 1-4 2 смена**

**Итого: 127,79 Р**

Рассольник лен со смет с мясом	Обед	124,38	3,1	6,6	19,24	250/10/15	34,23
Гуляш из мяса	Обед	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,28
Макароны отварные с овощами	Обед	184,33	5,17	7,41	37,3	150	13,01
Помидор свежий	Обед	7,62	0,32	0,06	1,12	30	8,41
Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	17,1	200	11,57
Хлеб подовый чусовской	Обед	48,35	1,65	0,3	8,35	25	1,79
Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,98	0,19	14,02	30	2,50

**ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ**

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
МАОУ СОШ № 136	Шершнева Лариса Геннадьевна	14.10.2024 11:04:52	291A14F05679720C65D54C85C64AECCDE4353907
ЕМУП ШБС №11	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	14.10.2024 09:19:38	C805D0C7461313B66D9600D1CF454960D7D52FFD

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997392

Владелец Шершнева Лариса Геннадьевна

Действителен с 06.09.2024 по 06.09.2025