

Меню на 28.01.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак 1-4 1 смена								Итого: 108,64 Р
-	Гуляш из мяса	Завтрак	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,94
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	173,41	6,57	7,64	28,75	150	15,86
-	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,49
-	Напиток из шиповника	Завтрак	56	0,01	0,01	13,1	200	9,76
-	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	67,68	2,31	0,42	11,69	35	2,51
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	65,62	2	0,87	11,76	25	2,08
Завтрак 5-11 дотация								Итого: 128,56 Р
-	Бутерброд с сыром	Завтрак	35,36	4,23	1,99	7,02	25/20	28,60
-	Жаркое из мяса с овощами курку	Завтрак	399,05	18,13	18,72	56,02	50/200	80,83
-	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	15	6,45
-	Напиток из шиповника	Завтрак	56	0,01	0,01	13,1	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,22	16,35	35	2,92
Завтрак 5-11 родительские								Итого: 128,56 Р
-	Бутерброд с сыром	Завтрак	35,36	4,23	1,99	7,02	25/20	28,60
-	Жаркое из мяса с овощами курку	Завтрак	399,05	18,13	18,72	56,02	50/200	80,83
-	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	15	6,45
-	Напиток из шиповника	Завтрак	56	0,01	0,01	13,1	200	9,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,22	16,35	35	2,92
Комплекс 1								Итого: 271,59 Р
-	Борщ с морской капус.мясом сме	Обед	189,96	6,6	10,15	29,59	250/10/10	38,40
-	Жаркое по-домашнему с куркумой	Обед	319,24	14,5	14,98	44,82	75/175	104,38
-	Гуляш из мяса	Завтрак	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,94
-	Огурец свежий Пикантный	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	15	6,45
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	173,41	6,57	7,64	28,75	150	15,86
-	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,49

-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	17,1	200	10,85
-	Напиток из шиповника	Завтрак	56	0,01	0,01	13,1	200	9,76
-	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	67,68	2,31	0,42	11,69	35	2,51
-	Хлеб подовый чусовской	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	65,62	2	0,87	11,76	25	2,08

Комплекс 2

Итого: 321,40 Р

-	Борщ с морской капуст.мясом сме	Обед	189,96	6,6	10,15	29,59	250/30/10	62,50
-	Жаркое по-домашнему с куркумой	Обед	319,24	14,5	14,98	44,82	75/175	104,38
-	Гуляш из мяса	Завтрак	231,17	10,89	11,57	17,74	100	56,94
-	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	208,1	7,89	5,37	34,51	180	19,17
-	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	21,49
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	17,1	200	10,85
-	Напиток из шиповника	Завтрак	56	0,01	0,01	13,1	200	9,76
-	Яблоко свежее	Обед	73,02	0,6	0	17,4	150	25,10
-	Хлеб подовый чусовской	Завтрак	67,68	2,31	0,42	11,69	35	2,51
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,76	2,97	0,29	21,02	45	3,75
-	Хлеб подовый чусовской	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	65,62	2	0,87	11,76	25	2,08

Обед 1-4 2 смена

Итого: 162,95 Р

-	Борщ с морской капуст.мясом сме	Обед	189,96	6,6	10,15	29,59	250/10/10	38,40
-	Жаркое по-домашнему с куркумой	Обед	319,24	14,5	14,98	44,82	75/175	104,38
-	Огурец свежий Пикантный	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	15	6,45
-	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	0,1	0	17,1	200	10,85
-	Хлеб подовый чусовской	Обед	77,36	2,64	0,48	13,36	40	2,87

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	24.01.2025 15:48:24	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167
МАОУ СОШ № 136	Шершнева Лариса Геннадьевна	27.01.2025 07:49:26	291A14F05679720C65D54C85C64AECDCDE4353907