

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР *Стрелу*

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

19 Сентября 2022 г.



Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углево	ККал		

Завтрак б/п (7-11 лет)

10.7	17.2	42.8	358	Каши овсяная Геркулес молочная с маслом	150/5
3.8	3	23	131	Какао с молоком	180
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
17	21	82	565		

Обед б/п (7-11 лет)

11.24	8.9	23.57	194	Суп картофельный с горохом и с курой	200/5
0.35	0	0.9	5	Огурец свежий	35
13.26	11.23	3.52	185	Печень по-строгановски	50/50
9.04	8.01	48.98	291	Каши гречневая рассыпчатая	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	180
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
37	29	116	847		

Завтрак б/п (12-18 лет)

10.7	17.2	42.8	358	Каши овсяная Геркулес молочная с маслом	200/5
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
17	21	82	565		

Обед б/п (12-18 лет)

11.24	8.9	23.57	194	Суп картофельный с горохом и с курой	250/5
0.35	0	0.9	5	Огурец свежий	35
13.26	11.23	3.52	185	Печень по-строгановски	50/50
9.04	8.01	48.98	291	Каши гречневая рассыпчатая	180
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
37	29	116	847		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР *Юнг*

Меню

МБОУ Дружнoгoрская СОШ

20 Сeнтября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
10.2	15.8	44.2	371	Каша "Дружба" молочная с маслом	150/5
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
13	17	70	485		

Обед б/п (7-11 лет)					
7.52	8.42	15.46	165	Борщ Сибирский с мясом, сметаной	200/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	35
12.44	9.24	12.56	183	Котлеты, биточки, шницели	70
0.6	2.5	3.2	37	Соус томатный	50
3.82	6.06	39.86	226	Каша рисовая рассыпчатая	150
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
28	27	108	776		

Завтрак б/п (12-18 лет)					
10.2	15.8	44.2	371	Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
13	17	70	485		

Обед б/п (12-18 лет)					
7.52	8.42	15.46	165	Борщ Сибирский с мясом, сметаной	250/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	35
12.44	9.24	12.56	183	Котлеты, биточки, шницели	70
0.6	2.5	3.2	37	Соус томатный	50
3.82	6.06	39.86	226	Каша рисовая рассыпчатая	180
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
28	27	108	776		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР *С. П. Смирнов*

Меню

МБОУ Дружнoгoрская СОШ

21 Сeнтября 2022 г.



Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		

Завтрак б/п (7-11 лет)

11.06	18.15	27	217	Омлет натуральный	130
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
15.19	9	120	594	Кондитерские изделия (печенье)	40
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
29	28	178	945		

Обед б/п (7-11 лет)

12.91	10.2	20.81	222	Рассольник Ленинградский с мясом, сметан.	200/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	35
15.4	14.14	0.37	190	Мясо отварное	50
5.49	4.88	37.59	220	Макароны отварные с маслом сливочным	150
0.22	0	21.7	88	Компот из яблок	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
0.6	0	16.95	69	Яблоко	130
38	30	119	896		

Завтрак б/п (12-18 лет)

11.06	18.15	27	217	Омлет натуральный	130
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
15.19	9	120	594	Кондитерские изделия (печенье)	40
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
29	28	178	945		

Обед б/п (12-18 лет)

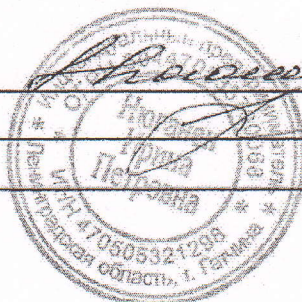
12.91	10.2	20.81	222	Рассольник Ленинградский с мясом, сметан.	250/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	35
15.4	14.14	0.37	190	Мясо отварное	50
5.49	4.88	37.59	220	Макароны отварные с маслом сливочным	180
0.22	0	21.7	88	Компот из яблок	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
0.6	0	16.95	69	Яблоко	130
38	30	119	896		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

22 Сентября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углево	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
6.96	4.51	31.09	186	Каша манная жидкая с маслом	150/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	15
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	20
14	11	62	394		

Обед б/п (7-11 лет)					
8.17	4.94	24.09	100	Суп картофельный с вермишелью и курой	200/5
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	60
120	101.8	133.8	1908	Жаркое по- домашнему	150
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
133	122	198	2325		

Завтрак б/п (12-18 лет)					
6.96	4.51	31.09	186	Каша манная жидкая с маслом	200/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	15
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	20
14	11	62	394		

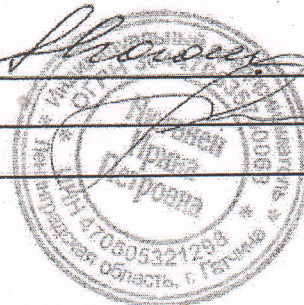
Обед б/п (12-18 лет)					
8.17	4.94	24.09	100	Суп картофельный с вермишелью и курой	250/5
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	60
120	101.8	133.8	1908	Жаркое по- домашнему	180
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
133	122	198	2325		

Зав. производством

Нюганен И.П.

Бухгалтер

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР



Меню

МБОУ Дружнoгoрскaя СОШ

23 Сeнтября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		

Завтрак б/п (7-11 лет)

5.86	32	43.26	252	Каша рисовая вязкая молочная с маслом	150/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.4	1.4	38.8	183	Кондитерские изделия (пряники)	40
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
11	34	113	569		

Обед б/п (7-11 лет)

11.24	6.77	23.57	194	Суп картофельный с фасолью и курой	200/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	25
10.87	4.01	2.53	90	Рыба, припущенная в молоке	60
3.69	5.64	30.69	180	Пюре картофельное с маслом сливочным	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
30	17	100	653		

Завтрак б/п (12-18 лет)

5.86	32	43.26	252	Каша рисовая вязкая молочная с маслом	200/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.4	1.4	38.8	183	Кондитерские изделия (пряники)	40
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	40
11	34	113	569		

Обед б/п (12-18 лет)

11.24	6.77	23.57	194	Суп картофельный с фасолью и курой	250/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	25
10.87	4.01	2.53	90	Рыба, припущенная в молоке	60
3.69	5.64	30.69	180	Пюре картофельное с маслом сливочным	180
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
30	17	100	653		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.

