

Утверждаю:

Директор

И.Н. Ойбуев

Меню горячего питания обучающихся

ГБОУ «Гудермесская СШ им. У.А. Оздамирова» от 21.03.2022г.

День	Наименование	№ рецептуры	Выход,г	ЭЦ,ккал	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Стоимость 1 порция
1 день	Суп молочный с крупой (рис)	121	200	68,57	2,97	3,57	6,14	11,2652
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Сыр порциями	15	30	107,49	6,96	8,85	0	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Помидоры свежие	71	50	6	0,55	0,1	1,9	3,481
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Итого		541	485,88	18,67	23,82	50,38	56,4492
2 день	Запеканка из творога	223	70	188,98	10,23	7,74	19,6	41,339
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Итого		331	492,8	18,42	19,04	61,94	62,192
3 день	Каша рисовая	177	210	314,24	6,09	10,88	47,99	22,0026
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Сыр порциями	15	30	107,49	6,96	8,85	0	20,85
	Чай с лимоном	377/375	200	61,5	0,13	0,02	15,2	4,715
	Итого		501	668,55	17,29	27,51	87,95	55,7606
4 день	Пюре картофельное	312	150	148,45	3,06	6,05	20,44	15,543
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Сосиски отварные	243	55	163,15	5,55	15,55	0,25	20,85
	Огурцы свежие	71	50	6	0,35	0,05	0,95	3,95026
	Итого		466	615,42	16,8	32,9	63,03	57,246

5 день	Запеканка из творога	223	70	188,98	10,23	7,74	19,6	41,339
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Итого		331	492,8	18,42	19,04	61,94	62,192
6 день	Суп молочный с крупой (рис)	121	200	68,57	2,97	3,57	6,14	11,2652
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Сыр порциями	15	30	107,49	6,96	8,85	0	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Помидоры свежие	71	50	6	0,55	0,1	1,9	3,481
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Итого		541	485,88	18,67	23,82	50,38	56,4492
7 день	Пюре картофельное	312	150	148,45	3,06	6,05	20,44	15,543
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Сосиски отварные	243	55	163,15	5,55	15,55	0,25	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Огурцы свежие	71	50	6	0,35	0,05	0,95	3,95026
	Итого		456	549,33	16,72	25,65	62,9	51,246
8 день	Запеканка из творога	223	70	188,98	10,23	7,74	19,6	41,339
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Чай с лимоном	377/375	200	61,5	0,13	0,02	15,2	4,715
	Сыр порциями	15	30	107,49	6,96	8,85	0	20,85
	Итого		331	435,8	14,47	15,52	59,56	54,247
9 день	Каша овсяная "Геркулес"	173	220	341,76	8,31	13,12	47,61	18,5204
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Чай с лимоном	377/375	200	61,5	0,13	0,02	15,2	4,715
	Сыр порциями	15	30	107,49	6,96	8,85	0	20,85
	Помидоры свежие	71	50	6	0,55	0,1	1,9	3,481
	Итого		481	702,07	12,55	20,9	89,47	55,7594

10 день	Суп молочный с крупой (рис)	121	200	68,57	2,97	3,57	6,14	11,2652
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Сыр порциями	15	30	107,49	6,96	8,85	0	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Огурцы свежие	71	50	6	0,35	0,05	0,95	3,95026
	Итого		491	479,88	18,12	23,72	48,48	52,9682
11 день	Пюре картофельное	312	150	148,45	3,06	6,05	20,44	15,543
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Сосиски отварные	243	55	163,15	5,55	15,55	0,25	20,85
	Огурцы свежие	71	50	6	0,35	0,05	0,95	3,95026
	Итого		466	615,42	16,8	32,9	63,03	57,246
12 день	Пюре картофельное	312	150	148,45	3,06	6,05	20,44	15,543
	Хлеб пшеничный		51	119,23	4,03	0,51	24,63	2,193
	Какао с молоком	382	200	118,5	4,08	3,54	17,58	12,66
	Сосиски отварные	243	55	163,15	5,55	15,55	0,25	20,85
	Масло сливочное порциями	14	10	66,09	0,08	7,25	0,13	6
	Огурцы свежие	71	50	6	0,35	0,05	0,95	3,95026
	Итого		466	615,42	16,8	32,9	63,03	57,246
	Общий итог							679,0016