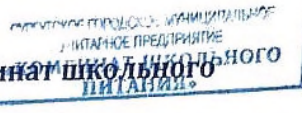




000283

Сургутское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат школьного питания»



Структурное подразделение
Материально-ответственное лицо

Столовая МБОУ
СОШ № 3
Рубан А.А.

МБОУ МБОУ СОШ №3
Дата 16.04.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Завтрак (7 - 11 лет)					
Говядина в кисло-сладком соусе (2 вариант)	100	23,37	17,14	14,51	304,1
Каша перловая с овощами	155	4,27	7,19	32,23	204,81
Зелень (укроп, петрушка)	2,19	0,06	0,01	0,19	0,96
Огурцы свежие, нарезка	55	0,44	0,04	1,36	7,33
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	567	35,15	27,18	91,86	742,2
*Обед (7 - 11 лет)					
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59
Говядина в кисло-сладком соусе (2 вариант)	100	23,37	17,14	14,51	304,1
Говядина отварная для 1 блюда	30	24,41	17,50	0	255,12
Каша перловая с овощами	150	4,13	6,96	31,32	198,2
Зелень (укроп, петрушка)	0,31	0,01	0	0,03	0,14
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (вит.50)	200	0,17	0,07	24,78	95,9
Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	53,9
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	895	58,43	46,38	125,07	1139,95
*Бесплатное питание (с 12 лет)					
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	36,77	237,84
Зелень (укроп, петрушка)	0,31	0,01	0	0,03	0,14
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	35	0,38	0,07	1,30	8,4
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	440	10,15	10,63	66,29	396,38
*Завтрак (12 лет и старше)					
Голубцы "Ленивые" с соусом томатным	100	6,17	7,79	7,12	121
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	36,77	237,84
Огурцы свежие, нарезка	60	0,48	0,04	1,48	8
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92
Яблоко	106,54	0,43	0,43	10,44	52,2
Хлеб Прибрежный обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	702	19,05	19,41	99,38	644,04

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

16.04.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Обед (12 лет и старше)					
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59
Голубцы "Ленивые" с соусом томатным	100	6,17	7,79	7,12	121
Каша перловая рассыпчатая	180	5,14	4,58	35,35	214,8
Зелень (укроп, петрушка)	1,73	0,05	0,01	0,15	0,76
Огурцы свежие, нарезка	20	0,16	0,01	0,49	2,67
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (вит.70)	200	0,17	0,07	24,78	95,92
Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	53,9
Хлеб прибрежный обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	917	18,03	17,17	122,32	721,64
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак					
Говядина отварная в хлебе с сладким соусом (2-й вариант)	100	23,37	17,14	14,51	304,1
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	36,77	237,84
Огурцы свежие, нарезка	15	0,12	0,01	0,37	2
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92
Хлеб прибрежный обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	550	35,46	28,30	95,22	768,94
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед					
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59
Говядина отварная для I блюда	10	8,14	5,83	0	85,04
Биштекс "Домашний"	100	18,83	20,91	5,42	285
Капуста тушеная	180	4,09	4,25	17,33	122,4
Зелень (укроп, петрушка)	1,52	0,04	0,01	0,13	0,67
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (вит.50)	200	0,17	0,07	24,78	95,9
Фаготтини	50	6,55	6,30	39,48	240
Хлеб прибрежный обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	872	45,44	41,89	142,80	1119,6
Итого:	1422	80,90	70,19	238,02	1888,54
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед					
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59
Говядина отварная для I блюда	10	8,14	5,83	0	85,04
Биштекс "Домашний"	100	18,83	20,91	5,42	285
Капуста тушеная	180	4,09	4,25	17,33	122,4
Зелень (укроп, петрушка)	1,52	0,04	0,01	0,13	0,67
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (вит.50)	200	0,17	0,07	24,78	95,9
Фаготтини	50	6,55	6,30	39,48	240
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	872	45,44	41,89	142,80	1119,6

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

16.04.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник					
Говядина в кисло-сладком соусе (2 вариант)	100	23,37	17,14	14,51	304,1
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	36,77	237,84
Огурцы свежие, нарезка	15	0,12	0,01	0,37	2
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	550	35,46	28,30	95,22	768,94
Итого:	1 422	80,90	70,19	238,02	1 888,54
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак					
Говядина в кисло-сладком соусе (2 вариант)	100	23,37	17,14	14,51	304,1
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	36,77	237,84
Огурцы свежие, нарезка	15	0,12	0,01	0,37	2
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	550	35,46	28,30	95,22	768,94
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед					
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59
Говядина отварная для I блюд	10	8,14	5,83	0	85,04
Биштекс "Домашний"	100	18,83	20,91	5,42	285
Капуста тушеная	180	4,09	4,25	17,33	122,4
Зелень (укроп, петрушка)	1,39	0,04	0,01	0,12	0,61
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (вит.70)	200	0,17	0,07	24,78	95,92
Фаготтини	50	6,55	6,30	39,48	240
Хлеб Прибрежный обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	871	45,44	41,89	142,79	1 119,56
Итого:	1 421	80,90	70,19	238,01	1 888,5
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед					
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59
Говядина отварная для I блюд	10	8,14	5,83	0	85,04
Биштекс "Домашний"	100	18,83	20,91	5,42	285
Капуста тушеная	180	4,09	4,25	17,33	122,4
Зелень (укроп, петрушка)	1,39	0,04	0,01	0,12	0,61
Компот ягодно-яблочный "Смородинка" (вит.70)	200	0,17	0,07	24,78	95,92
Фаготтини	50	6,55	6,30	39,48	240
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	871	45,44	41,89	142,79	1 119,56

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Совшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

16.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник					
Говядина в кисло-сладком соусе (2 вариант)	100	23,37	17,14	14,51	304,1
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	36,77	237,84
Огурцы свежие, нарезка	15	0,12	0,01	0,37	2
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	550	35,46	28,30	95,22	768,94
Итого:	1 421	80,90	70,19	238,01	1 888,5
Дополнительное питание II смена (7 -11 лет)					
Голубцы "Ленивые" с соусом томатным	100	6,17	7,79	7,12	121
Каша гречневая рассыпчатая	180	9,22	6,97	41,39	285,6
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	40	0,43	0,08	1,49	9,6
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Яблоко	104,58	0,42	0,42	10,25	51,24
Хлеб прибрежный обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	680	21,87	16,51	97,06	646,74

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.