

МБОУ "Свердловская СОШ им. Героя Советского Союза Мякишева И.С"

Утверждаю: Директор МБОУ "Свердловская СОШ"

Т.Г.Елисеева

22 сентября

20 25 год

**МЕНЮ**

№ т.к	Наименование блюд	Выход гр	ЭЦ, ккал	Сумма	
	<b>Обед 1-4 класс</b>	<b>Итого:</b>	<b>890</b>	<b>794,52</b>	<b>103,19</b>
148	Свежие помидоры порционно	60	12	6,55	
101	Рассольник домашний со сметаной	250	107,30	11,57	
385	Рис отварной	180	263,16	12,20	
373	Котлета Нежная	90	190,80	55,00	
419	Соус томатный	30	15,69	3,33	
254	Компот из свежих фруктов	200	46	8,25	
	Хлеб пшеничный витаминный	50	94,4	4,07	
	Хлеб "Дарницкий"	30	65,17	2,22	
	<b>Обед 5-11 класс</b>	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>821,35</b>	<b>114,4</b>
148	Свежие помидоры порционно	100	12	10,91	
101	Рассольник домашний со сметаной	250	107,30	11,57	
385	Рис отварной	180	263,16	12,20	
373	Котлета Нежная	100	212,00	61,11	
419	Соус томатный	30	15,69	3,33	
254	Компот из свежих фруктов	200	46	8,25	
	Хлеб пшеничный витаминный	50	70,8	4,07	
	Хлеб "Дарницкий"	40	94,4	2,96	
	<b>Обед род-пл 5-11 класс</b>	<b>Итого:</b>	<b>890</b>	<b>794,52</b>	<b>103,19</b>
148	Свежие помидоры порционно	60	12	6,55	
101	Рассольник домашний со сметаной	250	107,30	11,57	
385	Рис отварной	180	263,16	12,20	
373	Котлета Нежная	90	190,80	55,00	
419	Соус томатный	30	15,69	3,33	
254	Компот из свежих фруктов	200	46	8,25	
	Хлеб пшеничный витаминный	50	94,4	4,07	
	Хлеб "Дарницкий"	30	65,17	2,22	
	<b>Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>306,2</b>	<b>35,2</b>	
1/13	Лапшевник с творогом	100	190	30,70	
247	Кисель	200	116,2	4,50	
	<b>Завтрак спец (корр) 1-4 класс</b>	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>582</b>	<b>58,57</b>
63	Бутерброды с маслом сливочным и сыром	55	171,4	17,62	
213	Каша гречневая молочная	200	231,6	16,34	
459	Чай с лимоном	200	37	2,91	
	Яблоко	140	142	21,7	
	<b>Обед спец (корр) 1-4 класс</b>	<b>Итого:</b>	<b>890</b>	<b>794,52</b>	<b>103,19</b>
148	Свежие помидоры порционно	60	12	6,55	
101	Рассольник домашний со сметаной	250	107,30	11,57	
385	Рис отварной	180	263,16	12,20	
373	Котлета Нежная	90	190,80	55,00	
419	Соус томатный	30	15,69	3,33	
254	Компот из свежих фруктов	200	46	8,25	
	Хлеб пшеничный витаминный	50	94,4	4,07	
	Хлеб "Дарницкий"	30	65,17	2,22	
	<b>Завтрак спец (корр) 5-11 класс</b>	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>506</b>	<b>58,57</b>
63	Бутерброды с маслом сливочным и сыром	40/5/10	171,4	17,62	
213	Каша гречневая молочная	200	231,6	16,34	
459	Чай с лимоном	200	37	2,91	
	Яблоко	140	66	21,70	
	<b>Обед спец (корр) 5-11 класс</b>	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>829,35</b>	<b>114,4</b>
148	Свежие помидоры порционно	100	20	10,91	
101	Рассольник домашний со сметаной	250	107,30	11,57	
385	Рис отварной	180	263,16	12,20	
373	Котлета Нежная	100	212,00	61,11	
419	Соус томатный	30	15,69	3,33	
254	Компот из свежих фруктов	200	46	8,25	
	Хлеб пшеничный витаминный	50	70,8	4,07	
	Хлеб "Дарницкий"	40	94,4	2,96	

Шеф-повар

*И.Н.Ильина* И.Н.Ильина