

Утверждено

Генеральный директор ООО «Школьное питание»

Н.С. Колыватов



Согласовано

Директор МБОУ «Вавожская СОШ»

Е.Н. Суаймова



**Основное двухнедельное циклическое меню на обеды
для организации питания учащихся 12 лет и старше
в МБОУ «Вавожская СОШ»
(осенне-зимний сезон)**

2022-2023гг.

МЕНЮ

Обед

12-18 лет

ООО «Школьное питание»
 ОГРН 1181832001955
 ИНН/КПП 1839010072/183901001
 Р/с 4070201006800016194
 Удмуртское отделение № 3818 ПАО Сбербанк
 К/с 301018104090000000501
 БИК 049401601

Код блюода	Наименование блюода	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		

1 День
Обед

11/1	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,67	0,00	4,99	4,99	11,80	93,74
	Тффегли из говядины с рисом №462 2004	100	7,12	5,81	10,82	0,00	10,58	166,74
9/11	Соус томатный	40	0,36	0,02	1,55	0,02	2,19	23,99
57/3	Макаронные изделия отварные	200	7,05	0,02	2,05	0,88	45,44	227,80
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,52	0,00	0,03	0,03	21,87	82,31
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			22,66	5,84	20,20	6,69	132,53	787,47
Итого за день			22,66	5,84	20,20	6,69	132,53	787,47
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00
Отклонение			-67,34	5,84	-71,80	6,69	-250,47	-1932,53
Содержание, % от калорийности			12,00		24,00		64,00	

2 День

Обед

5/1	Огурцы соленые	20	0,16	0,00	0,02	0,02	0,50	2,86
9/7	Биточки (котлеты) рыбные	80	10,97	10,11	1,60	0,10	6,42	84,39
3/3	Картофельное пюре	150	3,06	0,60	12,31	0,53	22,30	221,01
	Соус томатный №547	40	0,20	0,01	1,47	0,03	1,65	120,27
3/10	Компот из яблок	200	0,07	0,00	0,07	0,07	11,77	45,53
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0,00	0,33	0,33	23,45	112,40
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			19,75	10,71	16,15	1,44	78,59	644,47

Итого за день 19,75 10,71 16,15 1,44 78,59
Содержание, % от калорийности 18,00 13,00 69,00

ООО «Школьное питание»
 ОГРН 1181832601955
 ИНН/КПП 1839010072/183901001
 Р/с 40702817083000016194
 Удмуртское отделение № 8618 ПАО Сбербанк
 К/с 30101810400000000601
 БИК 049401501

3 день

Обед

6/1	Помидоры свежие	30	0,33	0,00	0,06	0,06	1,56	7,78
	Соус красный основной №528	40	4,45	0,00	4,26	0,04	25,14	126,55
2/9	Мясо кур отварное в соусе	120	12,41	12,78	12,05	0,05	2,63	168,39
9/4	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	200	2,91	0,02	1,66	0,44	32,51	156,74
15/10	Чай с лимоном	200	0,05	0,00	0,01	0,01	8,97	34,61
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			26,10	12,79	18,80	1,36	111,46	686,96
Итого за день			26,10	12,79	18,80	1,36	111,46	686,96

Содержание, % от калорийности 16,00 26,00 58,00

4 день

Обед

	Икра овощная закусовая № 76	30	0,46	0,00	1,37	1,37	3,00	24,43
3/4	Каша гречневая вязкая	200	6,11	0,02	3,02	1,60	31,96	171,29
	Биточки паровые из мяса свинины №466 200	80	8,55	8,06	18,19	0,00	6,81	225,23
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,52	0,00	0,03	0,03	21,87	82,31
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			21,59	8,07	23,36	3,74	104,29	696,15
Итого за день			21,59	8,07	23,36	3,74	104,29	696,15

Содержание, % от калорийности 13,00 31,00 56,00

5 день

Обед

	Огурец свежий	30	0,23	0,00	0,03	0,03	0,96	4,38
3/9	Рагу из мяса кур	350	12,81	9,63	14,21	8,57	29,24	394,34
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0,00	0,10	0,10	14,60	55,74
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		19,22	9,63	15,09	9,46	85,45	647,34
	Итого за день		19,22	9,63	15,09	9,46	85,45	647,34

Содержание, % от калорийности

15,00

26,00

60,00

6 день

Обед

1/1	Горошек зеленый	30	0,92	0,01	1,12	0,06	3,37	24,40
9/4	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	200	2,91	0,02	1,66	0,44	35,54	168,25
	Гуляш № 437 (об. шк 2004г)	50/50	15,27	14,56	6,55	3,85	4,30	136,70
	Напиток из сухофруктов. Реш.кул.сов.	200	0,21	0,00	0,01	0,00	15,81	59,31
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		25,26	14,59	10,10	5,11	99,67	581,56
	Итого за день		25,26	14,59	10,10	5,11	99,67	581,56

Содержание, % от калорийности

18,00

16,00

66,00

7 день

Обед

9/11	Соус томатный	50	0,44	0,02	1,94	0,03	2,74	29,98
12/7	Терфтели из рыбы в соусе	100	8,50	7,68	2,83	1,70	8,63	93,69
57/3	Макаронные изделия отварные	200	7,05	0,02	2,05	0,88	45,44	227,80
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
	Напиток яблочный №648	200	0,07	0,00	0,06	0,07	10,94	42,33
	Итого за 'Обед'		22,00	7,72	7,64	3,44	108,40	586,71

ООО «Школьное питание»
 ОГРН 1481832001955
 ИНН/КПП 1839010972/183901001
 Р/с 40702810063000016194
 Удмуртское отделение № 8818 ПАО Сбербанк
 К/с 30101810400000000501
 БИК 045401601

Итого за день

22,00

7,72

7,64

3,44

108,40

586,71

Содержание, % от калорийности

15,00

12,00

73,00

Фонд «Инколд» ПИТАНИЕ
 ОГРН/КПП 1839010072/183901001
 ИНН/КПП 1839010072/183901001
 Р/с 40702830838050016194
 Удмуртское отделение № 2018 ПАО Сбербанк
 К/с 30101810400000000601
 БИК 045401601

8 день

Обед

4/1	Огурцы свежие	30	0,24	0,00	0,03	1,05	4,78
	Каша гречневая вязкая	200	6,05	0,01	3,74	31,67	176,45
	Биточки паровые из мяса свинины №466 200	80	8,55	8,06	18,19	6,81	225,23
9/11	Соус томатный	50	0,43	0,01	0,67	2,71	18,35
7/10	Компот из сухофруктов и шиповника	200	0,43	0,00	0,09	17,01	63,53
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		21,65	8,08	23,46	99,90	681,24
	Итого за день		21,65	8,08	23,46	99,90	681,24

Содержание, % от калорийности

13,00

32,00

55,00

9 день

Обед

9/11	Соус томатный	50	0,44	0,02	1,94	0,03	2,74	29,98
44/8	Колбаса (порциами)	80	8,80	9,36	16,05	0,00	0,15	180,21
3/3	Картофельное пюре	150	3,08	0,62	4,22	0,53	22,34	138,46
14/10	Чай	200	0,04	0,00	0,01	0,01	9,11	34,81
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
	Итого за 'Обед'		18,31	10,00	22,98	1,33	74,98	576,36
	Итого за день		18,31	10,00	22,98	1,33	74,98	576,36

Содержание, % от калорийности

13,00

37,00

50,00

10 день

Обед

6/1	Помидоры свежие	20	0,22	0,00	0,04	0,04	1,04	5,19
9/11	Соус томатный	40	0,36	0,02	1,55	0,02	2,19	23,99
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	14,34	12,51	11,70	1,67	12,13	211,62
	Каша пшениная вязкая № 302 (сб. шк.)	150	3,39	0,01	2,59	0,00	19,95	116,34
1/10	Компот из яблок и кураги	200	0,28	0,00	0,03	0,03	18,88	71,54
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0,00	0,39	0,39	28,14	134,88
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			24,53	12,54	16,66	2,52	94,85	621,57
Итого за день			24,53	12,54	16,66	2,52	94,85	621,57

Содержание, % от калорийности

16,00

25,00

59,00

Итого за период

221,07

99,97

174,44

35,99

990,12

6509,83

Содержание, % от калорийности

13,58

24,12

58,67

ООО «Искра» ИНН/КПП: 181832001955
 ОГРН: 181832001955
 Р/с 40702870003000016194
 Удмуртское отделение № 8518 ПАО Сбербанк
 К/с 30101810430000000601
 БИК 045401001