Согласовано
Директор МАОУ Гимназия №1
Р.Р. Тажиев

Утверждаю
Директор АО "Общепит"
Комбинат питания №1 Смагина Н.А

МЕНЮ

на 7 октября 2021 г.

Код	Наименование и краткая характеристика		Выход, г	Жиры	Белки	Углеводы	Ккал
	Напитки						
7366	Компот из клубники 200		200	0,9		30,6	130,5
5440	Компот из смородины 200		200	0,1		42,7	174,7
	Холодные закуски						
1055	Салат из св.капусты 100		100	1,9	4,5	9,2	84,8
6866	Салат Здоровье 100 г		100	1,6	7,1	5,7	92
8515	Салат из свеклы с курагой 80		80	1,3	5,9	17,2	124
	Первые блюда						
4999	Суп молочный с макаронами 250		250	4,4	5,2	19,9	148
8510	Суп гороховый с грудкой 10/250/2		10/250/2	9,6	5,7	32,9	240,8
8306	Щи из свежей капусты со сметаной, зеленью 250/10/1		250/10/1				
	Вторые блюда						
7826	Жаркое по-домашнему 45/200		45/200	22,5	24,2	21,3	384,5
7584	Грудки запеченые с помидорами 90		90	11,5	16,5	17	237,5
7124	Тефтели с рисом 80/50		80/50	17	10,8	12,9	247,8
7596	Рыба "Лада" 60/25		60/25	11,6	10	8,4	178
7303	Плов из говядины 45/200		45/200				
	Гарниры						
3295	Картофель запеченный 150		150	4,6	2,1	29,4	167,4
7892	Рис отварной 180 гр		180	6,65	4,59	48,06	300,3
7613	Рагу овощное 200		200	12,3	15,2	23,1	263,9
	Выпечка						
5044	Хлеб обыкновенный 100		100	8	1,4	42,5	247,6
	Итого	100=					

Зав. производством:

Бухгалтер:

Согласовано:
Директор МАОУ "Гимназия № 1"
городского округа г.Стерлитамак РБ
_____ Р.Р. Тажиев

Утверждаю:
Директор АО "Общепит"
Комбинат питания № 1
_____ Н.А.Смагина

Меню на 7 октября 2021 года

для детей ОВЗ с 12 лет и старше (1 смена)

Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
Завтрак						
Фрикадельки мясные с томатным соусом		65/30	9,80	9,96	7,80	161,42
Картофельное пюре		160	3,5	5,42	23,6	157,53
Чай с лимоном и сахаром		200	0,06	0,01	10,19	42,28
Хлеб обыкновенный		40	3,24	0,56	21,20	103,20
Итого за Завтрак			**16,61**	**15,95**	**62,75**	**464,43**
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью		80	1,84	4,10	9,34	82,80
Свекольник со сметаной		250/10	2,00	5,20	14,80	113,00
Рыба, тушенная в сметане (филе минтая)		60/50	11,80	6,49	2,98	102,7
Каша гречневая вязкая с		180/10	6,38	8,74	25,70	204,72
Компот из свежих плодов		200	0,16	0,16	18,9	78,65
Корж медовый		75	4,7	8,55	47,7	288
Хлеб обыкновенный		45	3,6	0,60	23,80	116,1
Хлеб пшенично-ржаной		40	3,12	1,59	27,50	112,00
Итого за Обед			**33,60**	**35,43**	**170,74**	**1097,97**
Итого за день	**138,52**		**50,21**	**51,38**	**233,49**	**1562,40**

для детей ОВЗ с 12 лет и старше (2 смена)

Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью		80	1,84	4,10	9,34	82,80
Свекольник со сметаной		250/10	2,00	5,20	14,80	113,00
Рыба, тушенная в сметане (филе минтая)		60/50	11,80	6,49	2,98	102,7
Каша гречневая вязкая с		180/10	6,38	8,74	25,70	204,72
Компот из свежих плодов		200	0,16	0,16	18,9	78,65
Корж медовый		75	4,7	8,55	47,7	288
Хлеб обыкновенный		45	3,6	0,60	23,80	116,1
Хлеб пшенично-ржаной		40	3,12	1,59	27,50	112,00
Итого за Обед			**33,60**	**35,43**	**170,74**	**1097,97**
Завтрак						
Фрикадельки мясные с томатным соусом		65/30	9,80	9,96	7,80	161,42
Картофельное пюре		160	3,5	5,42	23,6	157,53
Чай с лимоном и сахаром		200	0,06	0,01	10,19	42,28
Хлеб обыкновенный		40	3,24	0,56	21,20	103,20
Итого за Завтрак			**16,61**	**15,95**	**62,75**	**464,43**
Итого за день	**138,52**		**50,21**	**51,38**	**233,49**	**1562,40**

Заведующий производством: Абуталипова Г.З

Бухгалтер: Хисамутдинова И.Г

Согласовано:
Директор МАОУ "Гимназия № 1"
городского округа г.Стерлитамак РБ
_____ Р.Р. Тажиев

Утверждаю:
Директор АО "Общепит"
Комбинат питания № 1
_____ Н.А.Смагина

Меню на 7 октября 2021 года
для детей ММС с 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
Завтрак						
Фрикадельки мясные с томатным соусом		65/30	9,80	9,96	7,80	161,42
Картофельное пюре		160	3,5	5,42	23,6	157,53
Чай с лимоном и сахаром		200	0,06	0,01	10,19	42,28
Хлеб обыкновенный		40	3,24	0,56	21,20	103,20
Итого за Завтрак	**64,32**		**16,61**	**15,95**	**62,75**	**464,43**
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью		80	1,84	4,10	9,34	82,80
Свекольник со сметаной		250/10	2,00	5,20	14,80	113,00
Рыба, тушенная в сметане (филе минтая)		60/50	11,80	6,49	2,98	102,7
Каша гречневая вязкая с		180/10	6,38	8,74	25,70	204,72
Компот из свежих плодов		200	0,16	0,16	18,9	78,65
Корж медовый		75	4,7	8,55	47,7	288
Хлеб обыкновенный		45	3,6	0,60	23,80	116,1
Хлеб пшенично-ржаной		40	3,12	1,59	27,50	112,00
Итого за Обед	**74,20**		**33,60**	**35,43**	**170,74**	**1097,97**
Итого за день			**50,21**	**51,38**	**233,49**	**1562,40**

Заведующий производством: Абуталипова Г.З
Бухгалтер: Хисамутдинова И.Г

Согласовано:
Директор МАОУ "Гимназия № 1"
городского округа г.Стерлитамак РБ
Р.Р.Тажиев

Утверждаю:
Директор АО "Общепит"
Комбинат питания № 1
Н.А.Смагина

Меню на 7 октября 2021 года

для детей ОВЗ с 7 до 11 лет (1 смена)

Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
Завтрак						
Фрикадельки мясные с томатным соусом		55/40	8,50	9,10	7,50	146,82
Картофельное пюре		150	3,3	5,08	22,1	147,68
Чай с лимоном и сахаром		200	0,06	0,01	10,19	42,28
Хлеб обыкновенный		40	3,24	0,56	21,20	103,20
Итого за Завтрак			**15,08**	**14,75**	**60,99**	**439,98**
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью		60/10	3,98	5,37	7,20	94,10
Свекольник со сметаной		250/10	2,00	5,20	14,80	113,00
Рыба, тушенная в сметане (филе минтая)		60/50	11,80	6,49	2,98	102,7
Каша гречневая вязкая с		180/10	6,38	8,74	25,70	204,72
Компот из свежих плодов		200	0,16	0,16	18,89	78,7
Хлеб обыкновенный		50	4,1	0,70	26,50	129,0
Хлеб пшенично-ржаной		40	3,12	1,59	27,50	112,00
Итого за Обед			**31,49**	**28,25**	**123,57**	**834,17**
Итого за день	**121,66**		**46,57**	**43,00**	**184,56**	**1274,15**

для детей ОВЗ с 7 до 11 лет (2 смена)

Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью		60/10	3,98	5,37	7,20	94,10
Свекольник со сметаной		250/10	2,00	5,20	14,80	113,00
Рыба, тушенная в сметане (филе минтая)		60/50	11,80	6,49	2,98	102,7
Каша гречневая вязкая с		180/10	6,38	8,74	25,70	204,72
Компот из свежих плодов		200	0,16	0,16	18,89	78,7
Хлеб обыкновенный		50	4,1	0,70	26,50	129,0
Хлеб пшенично-ржаной		40	3,12	1,59	27,50	112,00
Итого за Обед			**31,49**	**28,25**	**123,57**	**834,17**
Завтрак						
Фрикадельки мясные с томатным соусом		55/40	8,50	9,10	7,50	146,82
Картофельное пюре		150	3,3	5,08	22,1	147,68
Чай с лимоном и сахаром		200	0,06	0,01	10,19	42,28
Хлеб обыкновенный		40	3,24	0,56	21,20	103,20
Итого за Завтрак			**15,08**	**14,75**	**60,99**	**439,98**
Итого за день	**121,66**		**46,57**	**43,00**	**184,56**	**1274,15**

Заведующий производством: Абуталипова Г.З

Бухгалтер: Хисамутдинова И.Г

Согласовано:
Директор МАОУ "Гимназия № 1"
городского округа г.Стерлитамак РБ
_____ Р.Р. Тажиев

Утверждаю:
Директор АО "Общепит"
Комбинат питания № 1
_____ Н.А.Смагина

Меню на 7 октября 2021 года

для детей с 7 до 11 лет

Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
Завтрак						
Фрикадельки мясные с томатным соусом		55/40	8,50	9,10	7,50	146,82
Картофельное пюре		150	3,3	5,08	22,1	147,68
Чай с лимоном и сахаром		200	0,06	0,01	10,19	42,28
Хлеб обыкновенный		40	3,24	0,56	21,20	103,20
Итого за Завтрак	**57,43**		**15,08**	**14,75**	**60,99**	**439,98**
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью		60/10	3,98	5,37	7,20	94,10
Свекольник со сметаной		250/10	2,00	5,20	14,80	113,00
Рыба, тушенная в сметане (филе минтая)		60/50	11,80	6,49	2,98	102,7
Каша гречневая вязкая с		180/10	6,38	8,74	25,70	204,72
Компот из свежих плодов		200	0,16	0,16	18,89	78,7
Хлеб обыкновенный		50	4,1	0,70	26,50	129,0
Хлеб пшенично-ржаной		40	3,12	1,59	27,50	112,00
Итого за Обед	**64,23**		**31,49**	**28,25**	**123,57**	**834,17**

для детей с 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2		3	4	5	6	7
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью		60/10	3,98	5,37	7,20	94,10
Свекольник со сметаной		250/10	2,00	5,20	14,80	113,00
Рыба, тушенная в сметане (филе минтая)		60/50	11,80	6,49	2,98	102,7
Каша гречневая вязкая с		180/10	6,38	8,74	25,70	204,72
Компот из свежих плодов		200	0,16	0,16	18,89	78,7
Хлеб обыкновенный		50	4,1	0,70	26,50	129,0
Хлеб пшенично-ржаной		40	3,12	1,59	27,50	112,00
Итого за Обед	**64,23**		**31,49**	**28,25**	**123,57**	**834,17**

Заведующий производством: Абуталипова Г.З

Бухгалтер: Хисамутдинова И.Г