

**МЕНЮ**

**Директор МБОУ СШ № 15**

**Е.П.Объедкова**

**для учащихся общеобразовательных школ и ОВЗ**



*Объедкова*

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				белки	жиры	углевода		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
		<b>1-4класс</b>														
1	<b>1-й день</b>	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
	<b>18.10.2021г./73,02руб./</b>															
149/96	Каша молочная манная с маслом сливочным	200/10гр.	20,92	3,09	4,07	4,18	127	0,03	0	20	0	5,9	67	21,8	0,5	
23-97г.	Сыр	30гр.	17,3	5,43	4,325	0,105	127	0,013	0,146	52	0	176	100	7,06	0,2	
182-2000	Булочка Хлебная	50гр.	3,07	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307,04	0	0	1,3	
сб.96г.	Сок	400гр.	30	0,9	0,2	8,1	36	0,04	78,3	0	0	45	30	16,9	0,5	
628/96	Чай с сахаром	200/15гр.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6	
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	11,2	12,07	47,19	476,9	0,256	79,02	72	0	543,14	197	53,56	4	
		<b>5-11класс</b>														
149/96	Каша молочная манная с маслом сливочным	220/8гр.	17,59	3,09	4,07	4,18	157	0,03	0	20	0	5,9	67	21,8	0,5	
23-97г.	Сыр	35гр.	20,63	5,43	4,325	0,105	127	0,013	0,146	52	0	176	100	7,06	0,2	
182-2000	Булочка Хлебная	50гр.	3,07	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307,04	0	0	1,3	
сб.96г.	Сок	400гр.	30	0,9	0,2	8,1	36	0,04	78,3	0	0	45	30	16,9	0,5	
628/96	Чай	200г.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6	
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	11,2	12,07	47,19	506,9	0,256	79,02	72	0	543,14	197	53,56	4	

Меню разработано на основании Сборника рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.

редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

**Директор МУПОП "Комбинат социального питания"**  
 Повар-бригадир  
 Калькулятор

*Ваша*  
*Паша*

**Ч.И. САДЫХОВ**  
 П.Е.Борисов  
 А.А.Спиридонова

**МЕНЮ**  
**для учащихся общеобразовательных школ и ОВЗ**

Директор МБОУ СШ № 15 **Е.П.Объедкова**



№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				белки	жиры	углевода		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
		<b>1-4класс</b>														
1	<b>2-й день</b>	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
	<b>19.10.2021г /73,02 руб./</b>															
сб./96	Мясо птицы тушеное в соусе	90/65гр.	43,72	7,15	5,84	14,27	135,4	0,104	0,104	5,2	1,248	62,1	613	34	3,22	
463/96	Каша гречневая	150гр.	11,47	5,475	4,98	4,87	121,5	0,12	0	0,03	0	41	60,1	25	0,99	
сб.96г.	Овощи отварные или соленые	70гр.	4,5	0,8	0,1	2,6	14	0	2,5	0	0	11,5	12	7	0,3	
168/2000	Булочка Домашняя	100гр.	8,68	1,27	2,375	7,2	93,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65	
588/96	Компот из сухофруктов	200гр.	4,65	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19	0,6	
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	15,295	13,3	57,94	475,6	0,339	3,134	214,73	3,248	155	687	92	5,76	
		<b>5-11класс</b>														
сб./96	Мясо птицы тушеное в соусе	100/65гр.	45,3	6,35	5,74	11,67	171,4	0,104	0,104	5,2	1,248	62,1	613	34	3,22	
463/96	Каша гречневая рассыпчатая	180гр.	13,39	5,475	4,98	4,87	121,5	0,12	0	0,03	0	41	60,1	25	0,99	
сб.96г.	Овощи /отварные,соленые/	60гр.	1	0,8	0,1	2,6	14	0	2,5	0	0	11,5	12	7	0,3	
168/2000	Булочка Домашняя	100гр.	8,68	1,27	2,375	7,2	93,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65	
588/96	Компот из сухофруктов	200гр.	4,65	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19	0,6	
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	14,495	13,2	55,34	511,6	0,339	3,134	214,73	3,248	155	687	92	5,76	

Меню разработано на основании Сборника рецептов, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.  
редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептов мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

**Директор МУПОП "Комбинат  
социального питания"**  
Повар-бригадир  
Калькулятор

**Ч.И.САДЫХОВ**  
П.Е.Борисов  
А.А.Спиридонова

**МЕНЮ**

Директор МБОУ СШ № 15

Е.П.Объедкова

для учащихся общеобразовательных школ и ОВЗ



*Объедкова*

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
				белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	<b>3-й день</b>	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
	<b>20.10.2021г./45руб./</b>															
423/96	Тефтели в соусе	95/60гр.	45,89	6,6	14,34	20,24	116,6	0,114	0	0	0,24	21	2,76	12	1,1	
472-96г.	Картофельное пюре	150гр.	19,35	3,6	2,2	1,1	68,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,7	56,1	1,9	
182-2000	Булочка Хлебная	50гр.	3,07	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307	0	0	1,31	
629-96г	Чай с лимоном	200гр.	4,71	3,12	2,66	14,18	93,34	0,04	1,3	0	0	125,7	1,83	20	0,14	
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	14,695	22,58	48,72	382,14	0,427	1,697	2	1,94	462,2	6,29	88,1	4,43	
423/96	Тефтели в соусе	100/30гр.	43,51	6,6	14,34	22,24	236,6	0,114	0	0	0,24	21	2,76	12	1,1	
472-96г.	Картофельное пюре	180гр.	23,22	3,6	2,2	1,1	68,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,7	56,1	1,9	
182-2000	Булочка Хлебная	50гр.	3,07	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307	0	0	1,31	
628/96	Чай с лимоном	200гр.	3,22	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6	
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	11,975	20,02	58,14	492,2	0,387	0,577	2	1,94	345,6	4,46	75,9	5,89	

Меню разработано на основании Сборника рецептов, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.

редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептов мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

Директор МУПОП "Комбинат  
социального питания"  
Повар-бригадир  
Калькулятор

*Лапшина*  
*Фонарева*

**Ч.И.САДЫХОВ**

П.Е.Борисов

А.А.Спиридонова



*Handwritten signature*

**МЕНЮ**  
**для учащихся общеобразовательных школ и ОВЗ**

Директор МБОУ СШ № 15 **Е.П.Объедкова**

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
		<b>1-4класс</b>		5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	<b>4-й день</b>	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
439/96	Птица отварная	90гр.	45,66	21	15,32	22,28	190,4	0,084	1,56	0	0,84	20,28	8,53	32,76	3,2
4469/96	Макаронные изделия	150гр.	6,07	2,1	4,6	8,5	81,7	0,08	8,8	20	1,5	38,9	1,05	17	0,6
182-2000	Булочка Хлебная	50гр.	3,07	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307,04	0	0	1,3
629-96г	Чай с сахаром	200/15/7г	3,22	3,12	2,66	14,18	93,34	0,04	1,3	0	0	125,74	1,83	20	0,1
сб.96г.	Фрукты	140гр.	15	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	78,3	0	0	45	30	16,9	0,5
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	28,075	26,435	69,92	525,3	0,417	90,357	20	2,34	536,96	41,41	86,66	5,7
439/96	Птица отварная	100гр.	45,94	21	25,32	24,28	385,4	0,084	1,56	0	0,84	20,28	8,53	32,76	3,2
4469/96	Макаронные изделия	180гр.	7,28	2,1	4,6	8,5	81,7	0,08	8,8	20	1,5	38,9	1,05	17	0,6
182-2000	Булочка Хлебная	50гр.	3,07	1,375	3,375	13,2	103,5	0,173	0,397	0	0	307,04	0	0	1,3
628/96	Чай с сахаром	200гр.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
сб.96г.	Фрукты	140гр.	15	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	78,3	0	0	45	30	16,9	0,5
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	25,355	33,875	79,34	710,4	0,377	89,237	20	2,34	420,42	39,58	74,46	7,2

Меню разработано на основании Сборника рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.  
редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

**Директор МУПОП "Комбинат социального питания"**  
Повар -бригадир  
Калькулятор

*Handwritten signature*

**Ч.И.САДЫХОВ**  
П.Е.Борисов  
А.А.Спиридонова

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СШ № 15

Е.П.Объедкова

## МЕНЮ

## для учащихся общеобразовательных школ и ОВЗ

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				белки	жиры	углевода		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
		<b>1-4класс</b>		белки	жиры	углевода		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	<b>5-й день</b>			белки	жиры	углевода		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	<b>22.10.2021г./73,02руб./</b>														
284-96	Омлет натуральный	150гр.	42,92	6,2	8,4	29,9	141,9	0,07	0,2	300	3,5	81,1	2,225	2,3	14
сб/96	Зеленый горошек	30гр.	7,53	1,1	2,81	2,97	76	0,165	4,18	1980	0,28	4,784	5,804	12,65	5,6
701-96	Сосиска запеченная в тесте	100 гр.	17,86	4,27	1,375	13,2	103,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,7
629-96г	Чай с лимоном	200гр.	4,71	3,12	2,66	14,18	93,34	0,04	1,3	0	0	125,74	1,83	20	0,1
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	14,69	15,245	60,25	414,74	0,33	5,81	2289,5	5,78	227,12	10,959	41,45	21
		<b>5-11класс</b>													
284-96	Омлет натуральный	200гр.	56,87	6,2	8,4	31,9	201,9	0,07	0,2	300	3,5	81,1	2,225	2,3	14
сб/96	Зеленый горошек	20гр.	3,08	1,1	2,81	2,97	56	0,165	4,18	1980	0,28	4,784	5,804	12,65	5,6
701-96	Сосиска запеченная в тесте	80 гр.	11,34	4,27	1,375	13,2	93,5	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,7
628/96	Чай с сахаром	200гр.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	<b>Итого</b>		<b>73,02</b>	11,97	12,685	69,67	434,8	0,29	4,69	2289,5	5,78	110,58	9,129	29,25	22

Меню разработано на основании Сборника рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.

редактор Лапшина В.Т. и Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

Директор МУПОП "Комбинат  
социального питания"  
Повар бригадир  
Калькулятор

Ч.И.САДЫХОВ  
П.Е.Борисов  
А.А.Спиридонова