

СОГЛАСОВАНО

И.о. директора МАОУ СОШ №12 г.Ишима

И.Н. Белименко

МЕНЮ для питания учащихся 7-11 лет

09 октября 2023

6 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Масло		Масло сливочное порциями	15	16,32	112,2	0,07	12,38	0,12
Комплекс 1	горячее	№268	Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	28,27	227,2	11,4	15,2	11,2
ОВЗ	напиток	№496	Какао с молоком	200	15,88	144	3,6	3,3	25
	Йог. продукт		Йогуртный продукт в индивид. упаковке	100	41,60	430	1,9	3,2	16,6
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	40	3,61	117,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	74,21	2,7	0,49	14,28
Итого					107,70				
Обед	закуска	№4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	10,15	136	1,6	10,1	9,6
Комплекс 1	1 Блюдо	№132	Рассольник домашний со сметаной	250/5	22,49	122,45	1,83	5	10,65
ОВЗ	2 Блюдо	ТТК	Печень, тушенная с овощами	100	59,34	164	11,7	10,8	4,9
	гарнир	№291	Макаронные изделия отварные	180	10,28	173,88	6,79	0,81	34,85
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	135,75	4,95	0,9	25,5
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	46	4,22	164,5	5,32	0,56	34,44
Итого					138,40				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные	100	53,20	360,8	17,85	25,75	14,38
Комплекс 2	напиток	№423	Капуста тушенная	180	22,85	113,4	6,66	6,48	7,02
	хлеб		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	26	1,75	72,4	2,64	0,48	13,6
Итого					107,70				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные	100	51,88	195,8	8,1	11,8	14,3
аллергия	гарнир	№423	Капуста тушенная	180	22,85	113,4	6,66	6,48	7,02
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	19	1,72	38,9	1	0,3	8,1
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	41,3	0,7	0,1	9,4
Итого					107,70				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные, с маслом сливочным	100/5	57,74	360,8	17,85	25,75	14,38
диабет	гарнир	№190	Свекла, тушенная в сметане	150	31,42	188,1	3,96	11,88	16,38
	напиток	№496	Какао с молоком, без сахара	200	13,86	66,6	3,6	3,3	5
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	62	4,68	112,22	4,09	0,74	21,08
Итого					107,70				
Обед	сыр	№4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	10,15	136	1,6	10,01	9,6
диабет	1 блюдо	№132	Рассольник домашний со сметаной	250/5	22,49	122,45	1,83	5	10,65
	2 блюдо	ТТК	Печень, тушенная с овощами	100	59,34	164	11,7	10,8	4,9
	гарнир	№242	Каша перловая рассыпчатая	180	13,15	251,1	5,5	8,08	37,76
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	40	3,37	133,94	4,9	0,9	25,16
Итого					138,40				

Ответственный по питанию

Повар-бригадир
Мед. работник

С.В. Галашова

Е.А. Лифшиц

О.С. Белоцерковец

М.С. Матюханова

СОГЛАСОВАНО
И.о. директора МАОУ СОШ №12 г.Ишима
И.Н. Белименко

МЕНЮ для питания учащихся 1-4 классов
09 октября 2023
6 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	сыр	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	20	22,60	68,6	5,12	5,22	0
Комплекс 1	масло		Масло сливочное порциями	15	16,32	112,2	0,07	12,38	0,12
ОВЗ	горячее	№268	Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	28,27	227,2	11,4	15,2	11,2
	напиток	№496	Какао с молоком	200	15,88	144	3,6	3,3	25
	Йог.продукт		Йогуртный продукт в индивид.упаковке	100	41,60	430	1,9	3,2	16,6
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	18	1,68	117,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	74,21	2,7	0,49	14,28
Итого					127,70				
Обед	закуска	№4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	10,15	136	1,6	10,1	9,6
Комплекс 1	1 блюдо	№132	Рассольник домашний со сметаной	250/5	22,49	122,45	1,83	5	10,65
ОВЗ	2 Блюдо	ТТК	Печень, тушенная с овощами	100	59,34	164	11,7	10,8	4,9
	гарнир	№291	Макаронные изделия отварные	180	10,28	173,88	6,79	0,81	34,85
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	135,75	4,95	0,9	25,5
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	46	4,22	164,5	5,32	0,56	34,44
Итого					138,40				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные, с маслом сливочным	120/5	68,86	360,8	17,85	25,75	14,38
Комплекс 2	гарнир	№423	Капуста тушенная	180	22,85	113,4	6,66	6,48	7,02
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	37	3,39	65,8	2,13	0,22	13,78
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	40	2,70	72,4	2,64	0,48	13,6
Итого					127,70				
Завтрак	закуска	ТТК	Овощи конс. без уксуса (огурцы)ТТК	40	14,92	6,9	0,5	0,1	1
аллергия	горячее	№381	Биточки мясные	100	51,88	195,8	8,1	11,8	14,3
	гарнир	№423	Капуста тушенная	180	22,85	113,4	6,66	6,48	7,02
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб		Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	46	4,26	38,9	1	0,3	8,1
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	57	3,89	41,3	0,7	0,1	9,4
Итого					127,70				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные, с маслом сливочным	120/15	79,74	360,8	17,85	25,75	14,38
диабет	гарнир	№190	Свекла, тушенная в сметане	150	31,42	188,1	3,96	11,88	16,38
	напиток	№496	Какао с молоком, без сахара	200	13,86	66,6	3,6	3,3	5
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	40	2,68	112,22	4,09	0,74	21,08
Итого					127,70				
Обед	закуска	№4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	10,15	136	1,6	10,01	9,6
диабет	1 блюдо	№132	Рассольник домашний со сметаной сметаной	250/5	22,49	122,45	1,83	5	10,65
	2 блюдо	ТТК	Печень, тушенная с овощами	100	59,34	164	11,7	10,8	4,9
	гарнир	№242	Каша перловая рассыпчатая	180	13,15	251,1	5,5	8,08	37,76
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	40	3,37	133,94	4,9	0,9	25,16
Итого					138,40				

Ответственный по питанию

Повар-бригадир
Мед.работник

С.В. Галашова
Е.А.Лифшиц
О.С.Белоцерковец
М.С.Матюханова

СОГЛАСОВАНО
И.о. директора МАОУ СОШ №12 г.Ишима
И.Н. Белименко

МЕНЮ для питания учащихся 12 лет и старше
09 октября 2023
6 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Масло		Масло сливочное порциями	15	16,32	112,2			
Комплекс 1	горячее	№268	Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	28,27	227,2	0,07	12,38	0,12
ОВЗ	напиток	№496	Какао с молоком	200	15,88	144	3,6	3,3	25
	Йог.продукт		Йогуртный продукт в индивид.упаковке	100	41,60	430	1,9	3,2	16,6
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	40	3,61	117,5	3,8	0,4	24,6
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	74,21	2,7	0,49	14,28
Итого					107,70				
Обед	закуска	№4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	10,15	136	1,6	10,1	9,6
Комплекс 1	1 Блюдо	№132	Рассольник домашний со сметаной	250/5	22,49	122,45	1,83	5	10,65
ОВЗ	2 Блюдо	ТТК	Печень, тушенная с овощами	100	59,34	164	11,7	10,8	4,9
	гарнир	№291	Макаронные изделия отварные	180	10,28	173,88	6,79	0,81	34,85
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	135,75	4,95	0,9	25,5
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	46	4,22	164,5	5,32	0,56	34,44
Итого					138,40				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные	100	53,20	360,8	17,85	25,75	14,38
Комплекс 2	напиток	№423	Капуста тушенная	180	22,85	113,4	6,66	6,48	7,02
	хлеб		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	26	1,75	72,4	2,64	0,48	13,6
Итого					107,70				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные	100	51,88	195,8	8,1	11,8	14,3
аллергия	гарнир	№423	Капуста тушенная	180	22,85	113,4	6,66	6,48	7,02
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	19	1,72	38,9	1	0,3	8,1
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	41,3	0,7	0,1	9,4
Итого					107,70				
Завтрак	горячее	№381	Биточки мясные, с маслом сливочным	100/5	57,74	360,8	17,85	25,75	14,38
диабет	гарнир	№190	Свекла, тушенная в сметане	150	31,42	188,1	3,96	11,88	16,38
	напиток	№496	Какао с молоком, без сахара	200	13,86	66,6	3,6	3,3	5
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	62	4,68	112,22	4,09	0,74	21,08
Итого					107,70				
Обед	сыр	№4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	10,15	136	1,6	10,01	9,6
диабет	1 блюдо	№132	Рассольник домашний со сметаной сметаной	250/5	22,49	122,45	1,83	5	10,65
	2 блюдо	ТТК	Печень, тушенная с овощами	100	59,34	164	11,7	10,8	4,9
	гарнир	№242	Каша перловая рассыпчатая	180	13,15	251,1	5,5	8,08	37,76
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	40	3,37	133,94	4,9	0,9	25,16
Итого					138,40				

Ответственный по питанию

Повар-бригадир
Мед.работник



С.В. Галашова
Е.А.Лифшиц
О.В. Ошеко
О.В. Киряева