

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

МЕНЮ для питания учащихся 1-4 классов
11 октября 2023
8 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	масло	№105	Масло сливочное порциями №105 2013г.	15	16,32	149,6	0,1	16,5	0,16
Комплекс 1	горячее	ТТК	Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом сливочным	120/10	78,95	227,2	11,4	15,2	11,2
ОВЗ	гарнир	№415	Рис припущенный	200	22,51	237,78	4,25	7,25	38,88
	напиток	№493	Чай с сахаром	200	3,42	60	0,1	0	15
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	46	3,10	90,5	3,3	0,6	17
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	37	3,40	164,5	5,32	0,56	34,44
Итого					127,70				
Обед	1 блюдо	№128	Борщ с капустой, картофелем, и сметаной	250/10	17,51	120,1	2,3	4,9	16,7
Комплекс 1	2 Блюдо	ТТК	Рыба, запеченная со сметаной и сыром	100	86,12	233,3	21,4	14,5	4,3
ОВЗ	гарнир	ТТК	Картофель тушёный	180	15,11	166	3,7	3,6	29,7
	напиток	№512	Компот из кураги с витамином С	200	15,75	81	0,3	0	20,1
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	28	2,56	141	4,56	0,48	29,52
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	108,6	3,96	0,72	20,4
Итого					138,40				
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски с маслом сливочным	120/5	74,54	212,7	12,3	13,1	11,4
Комплекс 2	гарнир	ТТК	Овощи припущенные	180	19,14	147	3,3	4,4	23,5
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	30	2,77	105,75	3,42	0,36	22,14
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	23,5	0,76	0,08	4,92
Итого					127,70				
Завтрак	закуска	ТТК	Овощи конс. без уксуса (огурцы)ТТК	60	22,37	6,9	0,5	0,1	1
аллергия	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	100	57,31	212,7	12,3	13,1	11,4
	гарнир	ТТК	Овощи припущенные	180	16,01	147	3,3	4,4	23,5
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	31	2,11	41,3	0,7	0,1	9,4
Итого					127,70				
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	120/5	74,54	212,7	12,3	13,1	11,4
диабет	гарнир	ТТК	Морковь припущенная	150	19,29	115	2,9	4,6	14,9
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	59	3,97	18,1	0,66	0,12	3,4
Итого					127,70				
Обед	Сыр	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	7	8,34	6,86	2,56	0,5	0
диабет	1 блюдо	№128	Борщ с капустой, картофелем, и сметаной	250/5	15,71	120,1	2,3	4,9	16,7
	2 блюдо	ТТК	Рыба, запеченная со сметаной и сыром	100	86,12	233,3	21,4	14,5	4,3
	гарнир	№242	Каша перловая рассыпчатая	180	13,15	251,1	5,5	8,08	37,76
	напиток	№512	Компот из кураги с витамином С, без сахара	200	13,73	81	0,3	0	20,1
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	68,78	2,51	0,46	12,92
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 МАГУ СОШ №12 г.Ишима
И. Н. Белименко

МЕНЮ для питания учащихся 7-11 лет
11 октября 2023
8 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Масло	№105	Масло сливочное порциями №105 2013	15	16,32	149,6	0,1	16,5	0,16
Комплекс 1	горячее	ТТК	Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом сливочным	100/10	63,69	227,2	11,4	15,2	11,2
ОВЗ	гарнир	№415	Рис припущенный	180	18,85	237,78	4,25	7,25	38,88
	напиток	№493	Чай с сахаром	200	3,42	60	0,1	0	15
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	90,5	3,3	0,6	17
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	37	3,40	164,5	5,32	0,56	34,44
Итого					107,70				
Обед	1 блюдо	№128	Борщ с капустой, картофелем, и сметаной	250/10	17,51	120,1	2,3	4,9	16,7
Комплекс 1	2 блюдо	ТТК	Рыба, запеченная со сметаной и сыром	100	86,12	233,3	21,4	14,5	4,3
ОВЗ	гарнир	ТТК	Картофель тушёный	180	15,11	166	3,7	3,6	29,7
	напиток	№512	Компот из кураги с витамином С	200	15,75	81	0,3	0	20,1
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	28	2,56	141	4,56	0,48	29,52
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	108,6	3,96	0,72	20,4
Итого					138,40				
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	100	57,31	212,7	12,3	13,1	11,4
Комплекс 2	гарнир	ТТК	Овощи припущенные	180	19,14	147	3,3	4,4	23,5
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	23,5	0,76	0,08	4,92
Итого					107,70				
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	100	57,31	212,7	12,3	13,1	11,4
аллергия	гарнир	ТТК	Овощи припущенные	180	16,01	147	3,3	4,4	23,5
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	27	2,46	38,9	1	0,3	8,1
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	41,3	0,7	0,1	9,4
Итого					107,70				
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	90	57,31	212,7	12,3	13,1	11,4
диабет	гарнир	ТТК	Морковь припущенная	150	19,29	115	2,9	4,6	14,9
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	17	1,20	18,1	0,66	0,12	3,4
Итого					107,70				
Обед	Сыр	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	7	8,34	6,86	2,56	0,5	0
диабет	1 блюдо	№128	Борщ с капустой, картофелем, и сметаной	250/5	15,71	120,1	2,3	4,9	16,7
	2 блюдо	ТТК	Рыба, запеченная со сметаной и сыром	100	86,12	233,3	21,4	14,5	4,3
	гарнир	№242	Каша перловая рассыпчатая	180	13,15	251,1	5,5	8,08	37,76
	напиток	№512	Компот из кураги с витамином С, без сахара	200	13,73	81	0,3	0	20,1
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	68,78	2,51	0,46	12,92
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 МАДОУ СОШ №12 г.Ишима
И. Н. Белименко

МЕНЮ для питания учащихся 12 лет и старше
11 октября 2023
8 день в согл. меню

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Масло	№105	Масло сливочное порциями №105 2013г.	15	16,32	149,6	0,1	16,5	0,16
Комплекс 1	горячее	ТТК	Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом сливочным	100/10	63,69	227,2	11,4	15,2	11,2
ОВЗ	гарнир	№415	Рис припущенный	180	18,85	237,78	4,25	7,25	38,88
	напиток	№493	Чай с сахаром	200	3,42	60	0,1	0	15
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	90,5	3,3	0,6	17
Итого	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	37	3,40	164,5	5,32	0,56	34,44
Обед	1 Блюдо	№128	Борщ с капустой, картофелем, и сметаной	250/10	17,51	120,1	2,3	4,9	16,7
Комплекс 1	2 Блюдо	ТТК	Рыба, запеченная со сметаной и сыром	100	86,12	233,3	21,4	14,5	4,3
ОВЗ	гарнир	ТТК	Картофель тушеный	180	15,11	166	3,7	3,6	29,7
	напиток	№512	Компот из кураги с витамином С	200	15,75	81	0,3	0	20,1
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	28	2,56	141	4,56	0,48	29,52
Итого	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	108,6	3,96	0,72	20,4
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	100	57,31	212,7	12,3	13,1	11,4
Комплекс 2	гарнир	ТТК	Овощи припущенные	180	19,14	147	3,3	4,4	23,5
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	23,5	0,76	0,08	4,92
Итого					107,70				
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	100	57,31	212,7	12,3	13,1	11,4
аллергия	гарнир	ТТК	Овощи припущенные	180	16,01	147	3,3	4,4	23,5
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке	200	29,90	45	0,2	0	11
	хлеб	№108	Хлеб пшеничный витаминизированный №108 2013г.	27	2,46	38,9	1	0,3	8,1
Итого	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	30	2,02	41,3	0,7	0,1	9,4
Завтрак	горячее	ТТК	Котлета по-хлыновски	90	57,31	212,7	12,3	13,1	11,4
диабет	гарнир	ТТК	Морковь припущенная	150	19,29	115	2,9	4,6	14,9
	напиток		Сок в индивидуальной упаковке, без сахара	200	29,90	45	0,2	0	11
Итого	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	17	1,20	18,1	0,66	0,12	3,4
Обед	Сыр	№100	Сыр твердый (порциями) №100 2013г.	7	8,34	6,86	2,56	0,5	0
диабет	1 блюдо	№128	Борщ с капустой, картофелем, и сметаной	250/5	15,71	120,1	2,3	4,9	16,7
	2 блюдо	ТТК	Рыба, запеченная со сметаной и сыром	100	86,12	233,3	21,4	14,5	4,3
	гарнир	№242	Каша перловая рассыпчатая	180	13,15	251,1	5,5	8,08	37,76
	напиток	№512	Компот из кураги с витамином С, без сахара	200	13,73	81	0,3	0	20,1
Итого	хлеб	№110	Хлеб ржано-пшеничный №110 2013г.	20	1,35	68,78	2,51	0,46	12,92
					138,40				

Ответственный по питанию

Повар-бригадир
Мед. работник

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