



УТВЕРЖДАЮ  
Исполнитель  
Е.Г. Антипина

МЕНЮ

на 06 сентября 2022 года

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «КШИ-8вндр»  
С.А. Глазгулин

| № рецептурного листа<br>Итого<br>4 класс              | Вес блюда | Цена блюда | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность в (ккал) | Наименование блюда 5-9 класс                          | Вес блюда | Цена блюда | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность в (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-----------|------------|-------|-------|----------|----------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------|------------|-------|-------|----------|----------------------------------|
| ЗАВТРАК 1                                             |           |            |       |       |          |                                  |                                                       |           |            |       |       |          |                                  |
| 253 Каша рисовая вязкая                               | 150       | 19,45      | 4,96  | 9,34  | 29,23    | 220,73                           | Каша рисовая вязкая                                   | 180       | 23,35      | 7,00  | 13,18 | 29,23    | 311,54                           |
| 495 Чай с молоком                                     | 200       | 6,08       | 1,50  | 1,30  | 15,90    | 81,00                            | Чай с молоком                                         | 200       | 6,08       | 1,50  | 1,30  | 15,90    | 81,00                            |
| 108 Хлеб пшеничный                                    | 25        | 2,25       | 1,90  | 0,20  | 12,30    | 58,75                            | Хлеб пшеничный                                        | 25        | 2,25       | 1,90  | 0,20  | 12,30    | 58,75                            |
| ИТОГО                                                 | 375       | 27,78      | 8,36  | 10,84 | 57,43    | 360,48                           | ИТОГО                                                 | 405       | 30,48      | 10,4  | 14,68 | 57,43    | 451,29                           |
| ЗАВТРАК 2                                             |           |            |       |       |          |                                  |                                                       |           |            |       |       |          |                                  |
| 93 Булгуровый с маслом                                | 40        | 0,00       | 1,6   | 16,7  | 10       | 197                              | Булгуровый с маслом                                   | 40        | 0,00       | 1,6   | 16,7  | 10       | 197                              |
| 493 Чай с сахаром                                     | 180       | 0,00       | 0,09  | 0,00  | 13,50    | 54,00                            | Чай с сахаром                                         | 180       | 0,00       | 0,09  | 0,00  | 13,50    | 54,00                            |
| ИТОГО                                                 | 220       | 0,00       | 1,69  | 16,70 | 23,50    | 251,00                           | ИТОГО                                                 | 220       | 0,00       | 1,69  | 16,70 | 23,50    | 251,00                           |
| ОБЕД                                                  |           |            |       |       |          |                                  |                                                       |           |            |       |       |          |                                  |
| Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами |           |            |       |       |          |                                  | Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами |           |            |       |       |          |                                  |
| 5                                                     | 60        | 8,31       | 1,38  | 6,60  | 2,34     | 74,40                            | Суп из свежей капусты                                 | 100       | 8,31       | 2,30  | 11,00 | 3,90     | 124,00                           |
| 142 Суп из свежей капусты                             | 200       | 16,50      | 1,40  | 3,98  | 6,22     | 66,40                            | Суп из свежей капусты                                 | 250       | 16,50      | 1,75  | 4,98  | 7,78     | 83,00                            |
| 406 Плов из отарной пшеницы                           | 150       | 47,92      | 11,43 | 11,36 | 27,07    | 256,43                           | Плов из отарной пшеницы                               | 200       | 63,89      | 15,24 | 15,14 | 36,09    | 341,90                           |
| 493 Чай с сахаром                                     | 200       | 3,60       | 0,10  | 0,00  | 15,00    | 60,00                            | Чай с сахаром                                         | 200       | 3,60       | 0,10  | 0,00  | 15,00    | 60,00                            |
| 108 Хлеб пшеничный                                    | 40        | 4,60       | 3,04  | 0,32  | 19,68    | 94,00                            | Хлеб пшеничный                                        | 50        | 0,05       | 3,80  | 0,40  | 24,60    | 117,50                           |
| 109 Хлеб ржаной                                       | 20        | 2,30       | 1,32  | 0,24  | 6,68     | 34,80                            | Хлеб ржаной                                           | 30        | 0,98       | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,20                            |
| ИТОГО                                                 | 670       | 83,23      | 18,67 | 22,5  | 76,99    | 586,03                           | ИТОГО                                                 | 830       | 93,33      | 25,17 | 31,88 | 97,39    | 778,6                            |
| УЖИН                                                  |           |            |       |       |          |                                  |                                                       |           |            |       |       |          |                                  |
| 429 Картофельное пюре                                 | 150       | 22,72      | 3,15  | 6,60  | 16,35    | 138,00                           | Картофельное пюре                                     | 180       | 27,26      | 3,78  | 7,92  | 19,62    | 165,60                           |
| 412 Компот из кураш                                   | 90        | 23,06      | 13,50 | 9,64  | 8,36     | 169,71                           | Компот из кураш                                       | 100       | 5,72       | 15,00 | 10,71 | 9,29     | 188,57                           |
| 493 Чай с сахаром                                     | 200       | 3,60       | 0,10  | 0,00  | 15,00    | 60,00                            | Чай с сахаром                                         | 200       | 3,60       | 0,10  | 0,00  | 15,00    | 60,00                            |
| 108 Хлеб пшеничный                                    | 25        | 0,00       | 1,90  | 0,20  | 12,30    | 58,75                            | Хлеб пшеничный                                        | 25        | 0,00       | 1,90  | 0,20  | 12,30    | 58,75                            |
| 110 Хлеб столовый (ржанопшеничный)                    | 35        | 0,00       | 1,65  | 0,30  | 8,50     | 45,25                            | Хлеб столовый (ржанопшеничный)                        | 35        | 0,00       | 1,65  | 0,30  | 8,50     | 45,25                            |
| ИТОГО                                                 | 500       | 49,38      | 20,3  | 16,74 | 60,51    | 471,71                           | ИТОГО                                                 | 540       | 36,58      | 22,43 | 19,13 | 64,71    | 518,17                           |
| ВЕЧЕРНИК                                              |           |            |       |       |          |                                  |                                                       |           |            |       |       |          |                                  |
| ИТОГО                                                 | 0         | 0,00       | 0,00  | 0,00  | 0,00     | 0,00                             | ИТОГО                                                 | 0         | 0,00       | 0,00  | 0,00  | 0,00     | 0,00                             |
| ИТОГО                                                 | 1765      | 160,39     |       |       |          |                                  | ИТОГО                                                 | 1995      | 160,39     |       |       |          |                                  |

Зав. столовой  
Е.С. Мураткина