

Согласовано
 Директор МАОУ "СОШ№5"
 г. Чусовой ул. 50 лет ВЛКСМ, 2/3
 О.В.Корнилова

Утверждаю
 Директор школьного питания
 ИП Асманкин О.В.
 А.Ф.Швецова

МЕНЮ
одноразового питания (обед)
 для обучающихся с 12 лет и старше

13.01.25
 14.01.25
 15.01.25
 16.01.25
 17.01.25

Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	Витамин С	
		Б	Ж	У			
Понедельник	Борщ из свежей капусты	250/10	1,65	4,85	7,00	78,25	13,58
	Фрикадельки из говядины в соусе	100	11,00	11,70	7,80	180,00	0,10
	Каша гречневая	200	11,40	10,46	49,43	337,40	0,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	15,00	60,00	0,00
	ИТОГО : 113,54 руб	800	27,97	27,41	101,83	773,65	13,68
Вторник	Рассольник ленинградский	250/10	2,05	5,25	16,25	121,25	7,67
	Кнели куриные с рисом	110	17,27	17,56	7,33	255,71	0,80
	Пюре картофельное	180	3,78	7,27	27,95	192,56	6,12
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из яблок с лимоном	200	0,30	0,20	25,10	103,00	3,30
	ИТОГО : 113,54 руб	800	27,20	30,68	99,23	790,52	17,89
Среда	Суп картофельный с бобовыми	250	4,90	5,35	20,15	148,25	5,82
	Ёжики из говядины с соусом	100	9,50	15,30	11,40	221,00	0,80
	Макаронные изделия	200	7,05	0,90	38,71	193,20	0,02
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из с/ф	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,50
	ИТОГО : 113,54 руб	800	25,75	21,95	119,86	790,45	7,14
Четверг	Суп с макаронными изделиями картофелем	250	2,70	2,85	18,83	111,25	8,25
	Шницель из говядины с соусом	120	17,80	17,50	14,30	286,00	0,81
	Рис отварной	180	4,42	7,28	40,57	245,52	0,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,50	0,20	23,10	96,00	4,30
	ИТОГО : 113,54 руб	800	29,22	28,23	119,40	856,77	13,36
Пятница	Суп картофельный с рыбой	250	9,85	4,82	15,50	143,50	12,12
	Биточек куриный	100	15,00	10,62	9,25	188,52	0,85
	Овощное рагу	200	4,20	10,60	17,00	150,00	13,48
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,80
	ИТОГО : 113,54 руб	800	33,15	26,44	84,45	681,02	27,25
Суббота	Суп крестьянский с крупой	250/10	2,13	5,10	14,55	112,50	9,95
	Запеканка картофельная с мясом	70/180	29,12	29,37	23,62	475,00	5,00
	Соус томатный	50	0,71	1,20	4,63	32,35	1,35

Суббот	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	15,00	60,00	0,00
	ИТОГО : 113,54 руб	800	35,88	36,07	80,40	797,85	16,30

Шеф – повар:

Т.С.Рорбах

