

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 старше 11 лет

13.05.24
14.05.24
15.05.24
16.05.24
17.05.24
18.05.24

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	Витамин С
		Б	Ж	У		
Понедельник						
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	1,75	4,98	7,78	83,00	18,47
Тефтели из говядины в соусе	120	11,40	13,36	13,68	265,20	0,00
Макаронные изделия	180	6,79	0,81	34,84	173,88	0,02
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 : 107,93 руб	810	23,86	19,55	93,90	700,08	18,49
Вторник						
Свекольник со сметаной	250/10	2,17	4,45	12,02	97,00	9,18
Котлета рыбная	100	14,00	2,10	9,60	113,00	0,50
Пюре картофельное	200	4,20	8,08	31,06	213,96	6,80
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
Компот из свежих плодов или	200	0,50	0,20	23,10	96,00	4,30
ИТОГО : 107,93 руб	810	24,67	15,23	98,38	637,96	20,78
Среда						
Рассольник домашний	250/10	2,08	5,20	12,75	106,25	12,47
Кура в соусе	120	13,60	13,50	4,10	192,00	2,30
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 с/ф	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,50
ИТОГО : 107,93 руб	810	24,40	26,38	107,02	771,77	15,27
Четверг						
Суп крестьянский с крупой	250/10	2,13	5,10	14,55	112,50	9,95
Голубец ленивый	120	7,87	8,02	5,91	127,45	10,41
Каша гречневая	180	10,26	9,42	44,49	303,66	0,00
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 : 107,93 руб	810	24,36	23,14	112,65	764,61	23,66
Пятница						
Суп из овощей с фасолью	250	3,67	4,40	15,27	115,50	15,70
Рагу из птицы	70/150	17,35	18,11	19,11	311,78	13,08
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
Компот из плодов и ягод сушеных	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,80
Фрукты свежие	100	0,50	0,40	9,80	50,00	10,00
ИТОГО : 107,93 руб	820	25,62	23,31	86,88	676,28	39,58
Суббота						
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	1,75	4,98	7,78	83,00	18,47
Котлета из говядины	120	17,80	17,50	14,30	286,00	0,00
Макаронные изделия	180	6,79	0,81	34,84	173,88	0,02
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 : 107,93 руб	810	30,26	23,69	94,52	720,88	18,49

Шеф – повар:

Т.С.Рорбах

