МБОУ СОШ №33

Согласовано

Утверждено

ИП Третиникова ЕС

Недельное меню /ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ/

Для учащихся 1-4 классов,для учащихся льготной категории 5-11 классов

с 12 по 16 сентября 2022г.

1 смена / Для учащихся 1-4 классов, для учащихся льготной категории 5-11 классов					2 смена / Для учащихся 1-4 классов, для учащихся льготной категории 5-11 классов				
Наименование	1-4 класс с 6,5 до 11 лет /выход-вес порций,гр./	цена с 1 по 4 класс/с 6,5 до 11лет/,руб	5-11 класс с 11 до 18 лет/выход-вес порций,гр./	цена с 5 по 11 класс/с 11 до 18 лет/,руб	Наименование	1-4 класс с 6,5 до 11 лет /выход-вес порций,гр./	цена с 1 по 4 класс/с 6,5 до 11лет/,руб	5-11 класс с 11 до 18 лет/выход-вес порций,гр./	цена с 5 по 11 класс/с 11 до 18 лет/,руб
ПОНЕДЕЛЬНИК 12 сентября									
Кукуруза сладкая консервированная	20	7,0	20	7,0	Печень по-строгановски	80	42,0	100	57,0
Омлет натуральный	140	40,0	160	45,0	Макароны отварные с маслом сливочным	.150/5	15,0	.180/5	18,0
Масло сливочное	10	10,0	10	10,0	Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0
Сыр			15	15,0	Напиток из шиповника	200	5,0	200	5,0
Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0					
Напиток из шиповника	200	5,0	200	5,0					
Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0			Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0		
Стоимость завтрака		85,0		85,0	Стоимость обеда		85,0		83,0
ВТОРНИК 13 сентября									
Каша: Дружба на молоке	200	20,0	250	35,0	Рагу овощное с мясом	200	57,0	250	77,0
Гренка запеченная /батон нарезной,масло сливочное,сыр /	45/5/10	20,0	50/10/15	25,0	Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0
Фрукт	1 шт	20,0	1 шт	20,0	Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5,0	200/5	5,0
Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5,0	200/5	5,0					
Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0			Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0		
Стоимость завтрака		85,0		85,0	Стоимость обеда		85,0		85,0
СРЕДА 14 сентября									
Макароны отварные с маслом сливочным	.150/10	15,0	.180/10	20,0	Макароны отварные с маслом сливочным	.150/10	15,0	.180/10	20,0
Тефтели / рыбные/ мясные / с соусом	80/50	42,0	100/50	52,0	Тефтели с соусом	80/50	42,0	100/50	52,0
Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0	Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0
Чай с сахаром	200	5,0	200	5,0	Чай с сахаром	200	5,0	200	5,0
Кондитерское изделие			15	5,0	Кондитерское изделие			15	5,0
Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0			Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0		
Стоимость завтрака		85,0		85,0	Стоимость завтрака		85,0		85,0
ЧЕТВЕРГ 15 сентября									
Плов с мясом	152	57,0	200	77,0	Плов с мясом	152	57,0	200	77,0
Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0	Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0
Чай с сахаром	200	5,0	200	5,0	Компот из сухофруктов	200	5,0	200	5,0
Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0			Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20,0		
Стоимость завтрака		85,0		85,0	Стоимость завтрака		85,0		85,0
ПЯТНИЦА 16 сентября									
Вареники в ассортименте с маслом сливочным	.130/10	42,0	.150/10	47,0	Вареники в ассортименте с маслом сливочным	.130/10	42,0	.150/10	47,0
Сыр	15	15,0	15	15,0	Сыр	15	15,0	15	15,0
Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0	Хлеб пшеничный	30	3,0	30	3,0
Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5,0	200/5	5,0	Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5,0	200/5	5,0
Кондитерское изделие			30	15,0	Кондитерское изделие			30	15,0
Напиток кисломолочный йогуртный с сахаром "Снежок" мдж 2,5%	200	20,0			Напиток кисломолочный йогуртный с сахаром "Снежок" мдж 2,5%	200	20,0		
Стоимость завтрака		85,0		85,0	Стоимость завтрака		85,0		85,0

Исполнитель _____ Третиникова ЕС

Согласовано

Утверждено
ИП Третьникова Е.С.

ШКОЛА

День 12 сентября 2022г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход ,г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углевод
1 смена для учащихся 1-4 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюд	210	Омлет натуральный	140	40	358,71	16,32	31,47	2,81
	закуска	72	Кукуруза сладкя консервированная	20	7	20,10	1,55	0,10	3,24
	закуска	14	Масло сливочное	10	10	65,72	0,10	7,20	0,13
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напит	388	Напиток из шиповника	200	5	72,80	0,40	0,27	17,20
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности	200	20	107,00	5,80	5,00	9,60
			Итого		85				
1 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюд	210	Омлет натуральный	160	45	416,57	18,95	36,54	3,27
	закуска	72	Кукуруза сладкя консервированная	20	7	20,10	1,55	0,10	3,24
	закуска	14	Масло сливочное	10	10	65,72	0,10	7,20	0,13
	закуска	15	Сыр	15	15	54,00	3,48	4,43	0,00
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напит	388	Напиток из шиповника	200	5	72,80	0,40	0,27	17,20
			Итого		85				
2 смена для учащихся 1-4 классов									
Завтрак	2 блюдо	255	Печень по-строгановски	80	42	171,20	13,50	9,20	8,60
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	15	201,90	5,10	7,50	28,50
	напиток	388	Напиток из шиповника	200	5	72,80	0,40	0,27	17,20
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	155,87	5,27	0,67	32,20
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5 % жирности	200	20	108,00	5,80	5,00	9,60
			Итого		85				
2 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов									
Завтрак	2 блюдо	255	Печень по-строгановски	100	57	214,00	16,88	11,50	10,75
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	180/5	20	242,28	6,12	9,00	34,20
	напиток	388	Напиток из шиповника	200	5	72,80	0,40	0,27	17,20
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		85				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Обед	1 блюдо	87	Щи по - домашнему	250	18	84,48	1,80	4,98	8,13
	2 блюдо	255	Печень по-строгановски	80	19	171,20	13,50	9,20	8,60
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	8	201,90	5,10	7,50	28,50
	напиток	388	Компот из сухофруктов	200	5	0,02	1,16	0,30	47,26
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Обед	1 блюдо	87	Щи по - домашнему	250	18	84,48	1,80	4,98	8,13
	2 блюдо	255	Печень по-строгановски	100	19	214,00	16,88	11,50	10,75
	гарнир	203	Макароны отварные с маслом сливочным	180/5	8	242,28	6,12	9,00	34,20
	напиток	388	Компот из сухофруктов	200	5	0,02	1,16	0,30	47,26
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				

Согласовано

Утверждено
ИП Третиникова Е.С.

ШКОЛА | День | 13 сентября 2022г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход ,г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводь
1 смена для учащихся 1-4 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша Дружба на молоке	200	20	183,40	3,30	8,60	23,20
	закуска	14	Гренка запеченная /батон,масло сливочное,сыр/	45/5/10	20	242,00	7,16	10,75	29,11
	гор.напиток	377	Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5	41,60	0,53	0,00	9,87
	закуска	72	Фрукт	1шт	20	44,00	0,40	0,40	9,80
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности	200	20	5,80	5,00	9,60	107,00
			Итого		85				
1 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша Дружба на молоке	250	35	229,25	4,13	10,75	29,00
	закуска	14	Гренка запеченная /батон,масло сливочное,сыр/	50/10/15	25	275,59	8,85	12,29	32,33
	гор.напиток	377	Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5	41,60	0,53	0,00	9,87
	закуска	72	Фрукт	1шт	20	44,00	0,40	0,40	9,80
			Итого		85				
2 смена для учащихся 1-4 классов									
Завтрак	2 блюдо	268	Рагу овощное с мясом	200	57	378,00	11,68	30,06	9,00
	гор.напиток	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное2,5% жирности	200	20	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		85				
2 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов									
Завтрак	2 блюдо	268	Рагу овощное с мясом	250	77	472,50	14,60	37,58	11,25
	гор.напиток	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
			Итого		85				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Обед	1 блюдо	104	Суп гречневый с мясными фрикадельками	250	18	90,68	2,70	2,78	14,58
	2 блюдо	268	Рагу овощное с мясом	200	27	378,00	11,68	30,06	9,00
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Обед	1 блюдо	104	Суп гречневый с мясными фрикадельками	250	18	90,68	2,70	2,78	14,58
	2 блюдо	268	Рагу овощное с мясом	250	27	472,50	14,60	37,58	11,25
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				

Согласовано

Утверждено
ИП Третиникова Е.С.

ШКОЛА | День | 14 сентября 2022г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход ,г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена для учащихся 1-4 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюдо	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	15	201,90	5,10	7,50	28,50
	гор.блюдо	239	Тефтели рыбные с соусом	.80/50	42	115,00	11,90	4,05	7,67
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напит	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности	200	20	107,00	5,80	5,00	9,60
			Итого		85				
1 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюдо	203	Макароны отварные с маслом сливочным	180/5	20	242,28	6,12	9,00	34,20
	гор.блюдо	239	Тефтели рыбные с соусом	.100/50	52	143,70	15,00	5,10	9,60
	сладкое	15	Кондитерское изделие	15	5	82,90	1,70	2,26	13,94
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напит	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
			Итого		85				
2 смена для учащихся 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюдо	203	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	15	201,90	5,10	7,50	28,50
	гор.блюдо	239	Тефтели рыбные с соусом	.80/50	42	115,00	11,90	4,05	7,67
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напит	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности	200	20	107,00	5,80	5,00	9,60
			Итого		85				
2 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюдо	203	Макароны отварные с маслом сливочным	180/5	20	242,28	6,12	9,00	34,20
	гор.блюдо	239	Тефтели рыбные с соусом	.100/50	52	143,70	15,00	5,10	9,60
	сладкое	15	Кондитерское изделие	30	5	82,90	1,70	2,26	13,94
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напит	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
			Итого		85				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Обед	1 блюдо	81	Борщ с мясом кур	250	18	120,50	6,25	4,50	13,75
	2 блюдо	250	Беф-строганов	80	19	136,53	9,67	9,87	2,27
	гарнир	131	Гороховое пюре	150	8	168,45	5,52	4,52	26,45
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Обед	1 блюдо	81	Борщ с мясом кур	250	18	120,50	6,25	4,50	13,75
	2 блюдо	250	Беф-строганов	100	19	170,66	12,09	12,34	2,84
	гарнир	131	Гороховое пюре	180	8	202,14	6,62	5,42	31,74
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				

Согласовано

Утверждено
ИП Третиникова Е.С.

ШКОЛА

День 15 сентября 2022г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход ,г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена для учащихся 1-4 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюдо	265	Плов с мясом	150	57	377,00	20,30	17,00	35,70
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напиток	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности	200	20	5,80	5,00	9,60	107,00
			Итого		85				
1 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюдо	265	Плов с мясом	200	77	471,30	25,40	21,30	44,60
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
			Итого		85				
2 смена для учащихся 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюдо	265	Плов с мясом	150	57	377,00	20,30	17,00	35,70
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	напиток	385	Молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5% жирности	200	20	5,80	5,00	9,60	107,00
			Итого		85				
2 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюдо	265	Плов с мясом	200	77	471,30	25,40	21,30	44,60
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напиток	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
			Итого		85				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Обед	1 блюдо	106	Суп с сайрой	250	18	160,78	8,45	8,28	13,13
	2 блюдо	268	Котлета мясная	80	16	230,67	9,87	17,33	8,80
	2 блюдо	331	Соус красный основной	50	1	23,82	0,41	1,47	2,24
	гарнир	128	Картофельное пюре	150	10	248,00	13,17	15,61	15,95
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Обед	1 блюдо	106	Суп с сайрой	250	18	160,78	8,45	8,28	13,13
	2 блюдо	268	Котлета мясная	100	16	288,34	12,34	21,66	11,00
	2 блюдо	331	Соус красный основной	50	1	23,82	0,41	1,47	2,24
	гарнир	128	Картофельное пюре	180	10	131,68	3,70	2,80	22,96
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		55				

Согласовано

Утверждено
ИП Третиникова Е.С.

ШКОЛА | День | 16 сентября 2022г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход ,г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена для учащихся 1-4 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюдо	395	Вареники /в ассортименте/ с маслом сливочным	.130/10	42	271,00	19,82	5,08	2,36
	закуска	15	Сыр	15	15	54,00	3,48	4,43	0,00
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напито	377	Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5	41,60	0,53	0,00	9,87
	напиток	251	Напиток кисломолочный йогуртный с сахаром "Снежок" мдж 2,5%	200	20	88,50	4,35	4,80	6,00
			Итого		85				
1 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов,для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюдо	395	Вареники /в ассортименте/ с маслом сливочным	.150/10	47	271,00	19,82	5,08	2,36
	закуска	15	Сыр	15	15	54,00	3,48	4,43	0,00
	сладкое	15	Кондитерское изделие	30	15	82,90	1,70	2,26	13,94
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напито	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
			Итого		85				
2 смена для учащихся 1-4 классов									
Завтрак	гор.блюдо	395	Вареники /в ассортименте/ с маслом сливочным	.130/10	42	271,00	19,82	5,08	2,36
	закуска	15	Сыр	15	15	54,00	3,48	4,43	0,00
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напито	377	Чай с сахаром,с лимоном	200/5	5	41,60	0,53	0,00	9,87
	напиток	251	Напиток кисломолочный йогуртный с сахаром "Снежок" мдж 2,5%	200	20	88,50	4,35	4,80	6,00
			Итого		85				
2 смена для учащихся льготной категории 5-11 классов									
Завтрак	гор.блюдо	395	Вареники /в ассортименте/ с маслом сливочным	.150/10	47	271,00	19,82	5,08	2,36
	закуска	15	Сыр	15	15	54,00	3,48	4,43	0,00
	сладкое	15	Кондитерское изделие	30	15	82,90	1,70	2,26	13,94
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	3	93,52	3,16	0,40	19,32
	гор.напито	375	Чай с сахаром	200	5	40,00	0,53	0,00	9,47
			Итого		85				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 1-4 классов									
Обед	1 блюдо	119	Суп фасолевый с мясом кур	250	3	144,43	4,90	5,33	19,23
	2 блюдо	250	Гуляш из мяса	80	19	136,53	9,67	9,87	2,27
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	231,86	8,90	4,10	39,84
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		40				
Обед для учащихся детей инвалидов и детей с ОВЗ 5-11 классов									
Обед	1 блюдо	119	Суп фасолевый с мясом кур	250	3	144,43	4,90	5,33	19,23
	2 блюдо	250	Гуляш из мяса	100	19	170,66	12,09	12,34	2,84
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	8	278,23	10,68	4,92	47,81
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5	196,38	1,16	0,30	37,12
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	5	155,87	5,27	0,67	32,20
			Итого		40				