

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" ОКТЯБРЯ 2023 г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" ОКТЯБРЯ 2023 г.



1 день, понедельник, 12 лет и старше, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302	Каша рисовая молочная	200	5,65	6,83	40,78	245,99	111,9	31,49	137,4	0,52	27,89	51,8	0,24	0,05	0,51	24,40
112	Омлет натуральный	99,19	8,68	10,18	2,17	134,66	75,61	11,61	138,3	1,44	114	199,69	0,42	0,04	0,21	35,01
2	Батон школьный	70	6,00	2,67	40,85	210,63	12,47	8,49	47	0,66	1,37	2,37	1,83	0,07	0	4,42
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
Итого за 'Завтрак'		569,19	20,52	19,72	97,55	644,52	200,3	51,6	322,7	2,67	143,3	253,85	2,49	0,17	0,72	
Обед																
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22,05	22,87	64,47	0,9	17,7	235,65	0,25	0,08	6,7	16,28
260	Гуляш из свинины	120	13,55	31,51	4,21	353,96	25,9	23,66	145,3	1,46	0	19,2	2,76	0,62	3,62	79,14
510	Каша гречневая вязкая	180	5,36	5,92	27,93	179,38	14,42	78,64	118,9	2,68	22,51	42,43	0,42	0,14	0	12,42
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,16
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
Итого за 'Обед'		800,00	25,55	43,36	92,28	848,49	71,67	131,3	362,2	5,55	41,19	298,97	4,73	0,89	10,32	180,83

920

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" октября 2023 г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" октября 2023 г.



2 день, вторник, 12 лет и старше, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.	
			всего	всего				Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг
Завтрак																
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200	8,18	10,03	43,06	292,40	127,7	38,47	194,1	2,06	47,4	87,3	1	0,14	0,52	23,33
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,16
338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10	16,25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
Итого за 'Завтрак'		550,00	13,05	12,38	97,60	544,76	153	53,54	238,7	4,77	48,38	93,99	2,5	0,22	10,52	
Обед																
1	Салат из свежих огурцов	96,57	0,61	7,54	3,44	82,23	20,22	9,66	29,9	0,45	0	7,24	4,33	0,02	3,09	14,35
148	Суп-лапша с окорочком	250/12,5	5,95	5,63	15,26	134,19	21,23	11,01	27,75	0,81	22,02	232,65	0,46	0,05	0,6	22,28
271	Котлеты домашние	100	5,81	14,33	12,81	203,05	13,65	11,29	64,51	0,85	3,29	3,71	2,9	0,17	0,24	64,46
524	Капуста тушеная	180	4,03	4,84	20,49	132,73	99,69	33,29	67,89	1,33	22,51	128,36	0,36	0,05	37,96	23,96
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
2	Батон школьный	70	6,00	2,67	40,85	210,63	12,47	8,49	47	0,66	1,37	2,37	1,83	0,07	0	4,42
Итого за 'Обед'		916,07	22,64	35,06	106,93	818,54	170,1	74,47	238,4	4,18	49,19	374,47	9,9	0,36	43,01	180,83

9910

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" октября 2023 г.

МЕНЮ

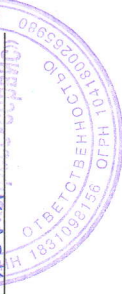
3 день, среда, 12 лет и старше, осенне-зимний период

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" октября 2023 г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мкг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302/2004	Каша пшенная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	20,45
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,16
ГТК 15	Сдоба Выборгская	100	7,07	5,75	60,28	317,13	27,24	13,29	63,05	0,96	3,9	6,76	3,2	0,08	0,02	10,28
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,86
Итого за 'Завтрак'		550,00	20,96	18,05	146,81	823,57	206,7	73,43	314,1	2,83	51,76	96,16	4,81	0,33	0,77	
Обед																
37	Салат из сырых овощей /капуста, помидоры, огурцы, морковь/	68,47	0,76	6,78	3,58	76,62	19,63	12,61	23,15	0,45	0	244,1	3,21	0,03	13,96	11,90
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	13,80
ГТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	12,54
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	8,43	0,78	5,88	0,02	14,7	16	0,04	0	0,03	3,57
90	Котлета рыбная Любительская	100	15,73	10,33	6,97	182,29	42,99	28,16	168,2	0,96	40,42	448,87	4,02	0,15	1,02	59,19
92	Картофельное пюре	180	3,71	6,38	25,90	174,40	49,43	34,23	102,4	1,26	23,04	47,63	0,23	0,14	12,34	22,36
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,16
705	Напиток из шиповника	200	0,64	0,25	31,18	118,98	11,09	2,96	2,96	0,57	0	163,4	0,76	0,01	80	12,56
Итого за 'Обед'		870,97	30,65	33,15	110,59	843,58	179,2	108	381,1	5,01	101,2	1112,4	9,83	0,44	115,4	180,83

23/10

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

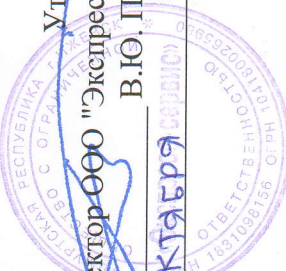
"23" октября 2023 г.

МЕНЮ

Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" октября 2023 г.



4 день, четверг, 12 лет и старше, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302	Каша манная молочная	200	7,03	6,83	39,60	246,07	116,5	19,13	112,3	0,52	27,89	51,8	0,73	0,07	0,51	19,40
112	Омлет натуральный	95,58	8,36	9,81	2,09	129,76	72,86	11,19	133,3	1,39	109,9	192,42	0,41	0,04	0,2	33,79
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	60	5,15	2,29	35,02	180,54	10,69	7,28	40,29	0,57	1,17	2,03	1,56	0,06	0	3,79
Итого за 'Завтрак'		555,58	20,72	18,97	90,47	609,61	200,5	37,6	285,8	2,52	138,9	246,25	2,7	0,18	0,71	

Обед

41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	12,18
197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	12,54
239	Котлета куриная (с луком)	100	17,21	6,43	19,81	204,48	57,88	12,74	53,22	0,8	4,56	12,24	3,26	0,06	0,35	65,34
173	Каша вязкая пшеничная	180	5,13	10,28	38,11	263,13	23,56	26,72	118,2	2,02	69,38	78,36	0,93	0,13	0	15,27
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	9,20
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,32
Итого за 'Обед'		842,50	36,35	26,08	148,59	964,08	143,9	74,27	282,2	4,91	97,91	329,35	7,07	0,36	14,91	180,83

180,83

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" ОКТЯБРЯ 2023 г.

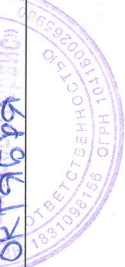
МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" ОКТЯБРЯ 2023 г.



5 день, пятница, 12 лет и старше, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход,		Жиры	Углево-	ЭЦ,	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена,		
		г	мл				Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	C, мг
Завтрак																
251	Запеканка из творога с морковью	88,57	13,76	8,41	11,95	178,59	106,9	21,75	146,1	0,55	31,51	464,89	1,11	0,04	0,56	38,89
132	Стушеное молоко	20	1,35	1,50	10,10	57,50	54,03	5,92	38,11	0,03	5,04	9,4	0,04	0,01	0,08	9,20
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	19,40
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,16
Итого за 'Завтрак'		558,57	28,57	22,16	109,22	738,40	322,9	105,4	481,4	3,2	83,53	527,25	3,37	0,38	1,88	
Обед																
131/2004	Рассольник Домашний	250	2,14	3,95	15,54	103,91	30,19	24,53	58,33	0,96	17,7	236,25	0,22	0,08	10,5	17,78
244	Голубцы Нежность	100/50	10,59	4,69	10,77	124,78	36,86	15,08	34,93	0,59	6,05	90,75	1,25	0,02	11,68	52,28
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	20,28
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	4,90
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,32
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
Итого за 'Обед'		862,00	27,04	20,36	133,92	818,09	106,7	60,29	205,5	3,39	63,38	385,64	4,98	0,27	23,3	180,83

9810

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" ОКТЯБРА 2023 г.

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" ОКТЯБРА 2023 г.



МЕНЮ

6 день, понедельник, 12 лет и старше, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		B1, мг	C, мг
Завтрак																
160/2004	Суп молочный с макаронами	250	5,48	4,43	20,65	143,15	142,1	18,39	114,7	0,45	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	18,98
739	Слойка с повидлом	56,63	2,74	8,25	29,17	251,18	10,11	5,09	4,34	0,56	27,98	46,74	0,61	0,03	0,05	24,19
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,16
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,86
Итого за 'Завтрак'		556,63	14,06	15,73	94,95	621,81	214,3	35,64	191,7	1,56	57,03	99,99	2,23	0,16	0,96	
Обед																
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26,79	20,34	51,08	0,73	17,7	240,11	0,2	0,08	9	15,10
177/197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	12,54
268	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,24	24,05	17,26	337,89	39,57	25,4	143,1	1,72	4,12	5,89	3,6	0,39	0,06	74,64
510	Каша гречневая вязкая	180	5,36	5,92	27,93	179,38	14,42	78,64	118,9	2,68	22,51	42,43	0,42	0,14	0	12,42
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,32
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
Итого за 'Обед'		849,50	32,96	39,44	129,81	992,16	104	140,4	381,5	6,47	50,61	291,95	6,89	0,73	10,18	180,83

9280

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" октября 2023 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" октября 2023 г.



7 день, вторник, 12 лет и старше, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	127,2	44,76	177,4	1,03	57,79	65,89	0,23	0,16	1,24	20,79
338	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10	16,25
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	60	5,15	2,29	35,02	180,54	10,69	7,28	40,29	0,57	1,17	2,03	1,56	0,06	0	3,79
Итого за 'Завтрак'		560,00	12,87	11,56	104,66	565,72	154,3	61,05	228,7	3,84	58,96	72,91	2	0,25	11,24	
Обед																
ТК 24	Салат Оливье со свежим огурцом /с маслом/	51,92	2,10	7,26	4,08	89,09	13,19	9,57	42,43	0,51	12,72	18,77	2,38	0,06	5,8	14,11
148	Суп-лапша с окорочком	250/12,5	5,95	5,63	15,26	134,19	21,23	11,01	27,75	0,81	22,02	232,65	0,46	0,05	0,6	22,28
239	Коплета куриная (с луком)	100	17,21	6,43	19,81	204,48	57,88	12,74	53,22	0,8	4,56	12,24	3,26	0,06	0,35	65,34
534	Капуста тушеная	180	4,03	4,84	20,49	132,73	99,69	33,29	67,89	1,33	22,51	128,36	0,36	0,05	37,96	23,96
2	Батон школьный	90,04	7,72	3,43	52,55	270,94	16,04	10,93	60,46	0,85	1,76	3,04	2,35	0,09	0	5,69
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
Итого за 'Обед'		891,46	37,26	27,65	126,26	887,13	210,9	78,27	253,1	4,38	63,57	395,21	8,82	0,32	45,83	180,83

2810

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" октября 2023 г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" октября 2023 г.



8 день, среда, 12 лет и старше, осенне-зимний период.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг		С, мг
Завтрак																
1	Салат из свежих огурцов	100	0,63	7,81	3,56	85,15	20,94	10	30,96	0,46	0	7,5	4,49	0,02	3,2	14,86
97	Макаронные изделия отварные	200	7,27	5,64	46,80	266,35	23,74	10,41	56,37	1,07	23,58	43,49	1,12	0,09	0	22,53
2	Батон школьный	68,99	5,92	2,63	40,26	207,60	12,29	8,37	46,32	0,65	1,35	2,33	1,8	0,07	0	4,36
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	3,00
Итого за 'Завтрак'		568,99	14,00	16,12	104,39	612,33	57,37	28,79	133,7	2,23	24,92	53,32	7,4	0,18	3,2	
Обед																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	13,80
177	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	12,54
232	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,78
260	Гуляш из свинины	60/60	13,55	31,51	4,21	353,96	25,9	23,66	145,3	1,46	0	19,2	2,76	0,62	3,62	79,14
94/2008	Рис припущенный	180	4,18	5,17	43,96	239,74	12,88	27,86	84,83	0,62	22,51	41,53	0,32	0,04	0	16,88
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,32
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
Итого за 'Обед'		874,50	31,94	47,08	134,21	1081,07	102,4	87,92	346,5	4,39	53,83	263	5,97	0,82	12,82	180,83

2023

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" октября 2023 г.

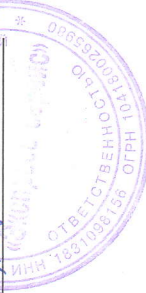
МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.Ю. Перминов

"23" октября 2023 г.



9 день, четверг, 12 лет и старше, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302/2/004	Каша пшеничная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	20,45
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	3,00
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,16
ГТК 221	Сдоба с варёной сгущённой	100	7,95	5,59	55,00	299,32	72,52	16,23	98,37	0,81	15,58	17,2	2,21	0,11	0,2	14,61
Итого за 'Завтрак'		550,00	20,47	16,79	139,35	781,96	199,2	70,29	310,2	2,64	57,44	95,6	3,82	0,34	0,7	
Обед																
2	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	64,17	0,67	3,26	3,30	44,37	11,21	11,9	17,07	0,55	0	76,81	1,82	0,04	14,46	18,91
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	27,68	18,44	45,72	0,63	17,7	234,3	0,21	0,04	8	12,15
ГТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	12,54
79	Рыба тушеная с овощами	50/50	12,26	7,92	3,14	131,41	28,56	26,34	125,2	0,65	10,98	466,3	3,24	0,1	1,4	49,87
92	Картофельное пюре	180	3,71	6,38	25,90	174,40	49,43	34,23	102,4	1,26	23,04	47,63	0,23	0,14	12,34	22,36
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	4,90
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,32
705	Напиток из шиповника	200	0,64	0,25	31,18	118,98	11,09	2,96	2,96	0,57	0	163,4	0,76	0,01	80	12,56
Итого за 'Обед'		911,67	31,41	30,84	136,67	932,22	149,5	109,1	361,9	4,94	77,99	1014,3	8,98	0,45	116,2	180,83

9810

Согласовано

ГКОУ УР "Школа №79 для детей с ограниченными возможностями здоровья"

Е.В. Соснина

"23" октября 2023 г.

МЕНЮ

10 день, пятница, 12 лет и старше, осенне - зимний период

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.Ю. Перминов
"23" октября 2023 г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
268	Десерт в фруктовом соусе	100	0,45	0,25	32,74	126,97	16,86	9,73	12,64	1,5	0	28,65	0,36	0,02	6,05	19,99
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200	8,18	10,03	43,06	292,40	127,7	38,47	194,1	2,06	47,4	87,3	1	0,14	0,52	23,33
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,86
2	Батон школьный	94,31	8,09	3,60	55,04	283,79	16,8	11,44	63,32	0,9	1,84	3,19	2,46	0,1	0	5,96
Итого за 'Завтрак'		594,31	18,27	15,02	146,78	780,19	214,5	65,73	309,3	4,54	55,24	130,14	3,82	0,27	6,83	
Обед																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	12,18
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	8,43	0,78	5,88	0,02	14,7	16	0,04	0	0,03	3,57
155	Гуляш куриный	60/60	15,89	6,46	5,73	143,87	14,15	6,72	18,37	0,38	0	25,8	2,8	0,01	1,57	70,82
97	Макаронные изделия отварные	180	6,54	5,07	42,12	239,72	21,37	9,37	50,73	0,97	21,22	39,14	1	0,08	0	20,28
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	4,90
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,32
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,62
Итого за 'Обед'		872,00	33,22	24,79	130,47	870,35	101,7	47,62	185,6	3,08	75,57	342,01	6,71	0,25	14,72	180,83

9310