



**Меню обедов для учащихся 5-11 классов. Для БОУ СОШ-83  
для детей участников СВО**

**на период 09.01.25 - 18.01.25**

Тип меню: П/Ф М



	9502	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Четверг 09.01.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Морковь, тушенная в сметанном соусе		334/2011.	100	1.466	2.920	8.399	64.865
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250 (246/4)	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Фрикасе из курицы		599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	180(176/4)	6.605	3.677	42.182	228.425
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот с малиной, манго и сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.080	0.000	15.870	63.950
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>870</b>	<b>29.627</b>	<b>32.098</b>	<b>104.582</b>	<b>818.709</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>870</b>	<b>29.627</b>	<b>32.098</b>	<b>104.582</b>	<b>818.709</b>
<b>Пятница 10.01.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Закуска овощная из квашенной капусты		147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*		307/3/1998.	250(235/15)	6.343	4.084	23.569	152.821
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	250(200/50)	15.948	20.974	31.078	370.097
4	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>27.643</b>	<b>30.603</b>	<b>113.531</b>	<b>820.483</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>27.643</b>	<b>30.603</b>	<b>113.531</b>	<b>820.483</b>
<b>Суббота 11.01.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Салат овощной с яблоком		56/2017	100	1.091	2.810	8.278	61.798
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	225 (220/5)	4.603	8.887	12.526	146.850
3	Каша гречневая с курицей по-купечески		ТТК	200 (160/40)	15.041	14.558	23.563	284.922
4	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот из клубники с сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.100	0.000	15.930	65.450
6	Корж молочный в индивидуальной упаковке		ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>26.565</b>	<b>32.675</b>	<b>107.807</b>	<b>855.82</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>26.565</b>	<b>32.675</b>	<b>107.807</b>	<b>855.82</b>
<b>Понедельник 13.01.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250 (246/4)	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Печень по-строгановски		748/3/1998.	100(50/50)	13.330	12.950	7.159	198.610
4	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	180(177/3)	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель из св/м ягод		1131/3/98.	200	0.129	0.040	23.548	96.620
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>27.466</b>	<b>35.251</b>	<b>116.621</b>	<b>888.962</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>90.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>27.466</b>	<b>35.251</b>	<b>116.621</b>	<b>888.962</b>
<b>Вторник 14.01.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Салат из свеклы отварной с сыром		54-13з	100	1.899	5.450	9.228	91.979
2	Суп гороховый с гречками		306/3/1998.	250(230/20)	11.231	8.834	34.150	255.962

3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
<b>Итого за Обед:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>830</b>	<b>32.638</b>	<b>27.03</b>	<b>117.687</b>	<b>826.01</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>830</b>	<b>32.638</b>	<b>27.03</b>	<b>117.687</b>	<b>826.01</b>
<b>Среда 15.01.25</b>							
<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная из белокочанной капусты	130/3/1998.	100	1.550	5.005	9.951	90.292
2	Суп из овощей на курином бульоне	54-5с	250	5.263	6.283	21.237	157.797
3	Паста сливочная с говядиной	406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из персиков с/м	1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
<b>Итого за Обед:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>800</b>	<b>25.444</b>	<b>35.97</b>	<b>102.592</b>	<b>822.027</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>800</b>	<b>25.444</b>	<b>35.97</b>	<b>102.592</b>	<b>822.027</b>
<b>Четверг 16.01.25</b>							
<b>Обед</b>							
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250 (246/4)	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	250(210/40)	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот с малиной, манго и сахаром	54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.080	0.000	15.870	63.950
<b>Итого за Обед:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>850</b>	<b>24.358</b>	<b>38.999</b>	<b>94.71</b>	<b>812.121</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>850</b>	<b>24.358</b>	<b>38.999</b>	<b>94.71</b>	<b>812.121</b>
<b>Пятница 17.01.25</b>							
<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Каша гречневая с мясом по-купечески	ТТК	225 (180/45)	18.144	15.059	27.642	311.815
4	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
<b>Итого за Обед:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>805</b>	<b>29.305</b>	<b>31.13</b>	<b>107.906</b>	<b>811.65</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>805</b>	<b>29.305</b>	<b>31.13</b>	<b>107.906</b>	<b>811.65</b>
<b>Суббота 18.01.25</b>							
<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы отварной	54-13а	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп картофельный на курином бульоне	247/2022	250	5.888	6.565	25.290	178.041
3	Капуста тушеная с мясом	440/3/1998.	240(200/40)	15.867	21.274	23.859	342.665
4	Хлеб пшеничный	ТПП	70	5.320	0.630	34.790	158.200
5	Компот сливовый с сахаром	1203/3/1998г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
<b>Итого за Обед:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>860</b>	<b>28.689</b>	<b>33.464</b>	<b>109.162</b>	<b>829.274</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>860</b>	<b>28.689</b>	<b>33.464</b>	<b>109.162</b>	<b>829.274</b>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>		<b>810.00 р.</b>	<b>7535</b>	<b>251.735</b>	<b>297.22</b>	<b>974.598</b>	<b>7485.056</b>
<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>810.00 р.</b>	<b>7535</b>	<b>251.735</b>	<b>297.22</b>	<b>974.598</b>	<b>7485.056</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>90.00 р.</b>	<b>627.92</b>	<b>27.97</b>	<b>33.02</b>	<b>108.25</b>	<b>831.67</b>
<b>СООТНОШЕНИЕ:</b>				<b>1</b>	<b>1.181</b>	<b>3.872</b>	

**Примечание:**

Директор \_\_\_\_\_

Зав. произв. \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_