

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская цен- ность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
12.10.26г														
Завтрак														
Суп смакарон. Изд. на курин бул.	250	28,94	179				8	7	20					47
Пло из окорочков	210	53,50	747				37	45	41					211
Компот из сухофр.	200	6,60	120				1	0	28					283
Хлеб пшеничный	60	6,60	142				4	0	28					1300
Кондитерское изд.	40	15,87	71				1	1	15					
Итого		111,51												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
12.10.26г														
Завтрак														
Суп с макарон.издел.	250	28,94	184				7	8	21					47
Плов из окорочков	210	53,50	747				12	8	47					211
Огурец свежий	60	6,00	8				0	0	2					
Компот из сухофрукт.	200	6,60	120				1	0	28					283
Хлеб пшеничный	90	9,90	142	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	1300
Кондитерское издел.	93	20,09	271				3	28	31					
Итого		125,03												

Заведующая хозяйством

Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская цен- ность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
13.10.26г														
Щи из свеж.капусты	250	35,16	112				2	7	11					63
Котлета куринная	90	34,80	227				14	15	7					209
Макарон.изд.отварн.	150	13,85	211				6	5	35					227
Чай с лимоном	200/10	4,73	49				0	0	15					300
Хлеб пшеничный	60	6,60	142				4	0	28					1300
Яблоко свежее	80	10,47	80				1	1	17					
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Итого		111,51												

Заведующая хозяйством

Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
13.10.26г														
Щи из свежей ка- пусты	250	35,16	112				2	6	11					63
Котлета куринная	100	38,66	266				16	18	15					209
Макаронные из .отварные	180	16,62	253				7	16	42					227
Чай с лимоном	200/10	4,73	49				0	0	12					300
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Яблоко свежее	117	14,06	80				1	1	17					
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Итого		125,03												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергетиче- ская цен- ность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
14.10.26г														
Завтрак														
Суп гороховый	250	26,10	126				4	9	27					42
Биточки рыбные	90	42,20	182				17	3	22					161
Рис отварной	150	14,90	160				3	6	23					241
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					265
Компот из свеж. яблок	200	6,75	106				0	0	12					282
Хлеб пшеничный.	60	6,60	142				4	0	28					1300
Печенье	40	9,06	279				4	11	40					
Итого	840	111,51												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
14.10.26г														
Завтрак														
Суп гороховый	250	26,10	126				4	9	27					42
Биточки рыбные	100	46,89	202				19	3	24					161
Рис отварной	180	17,88	193				4	7	28					241
Компот из свеж.яблок.	200	6,75	106				0	0	12					282
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Печенье сдобное	55	11,61	279				4	11	40					
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Итого		125,03												

Заведующая хозяйством

Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	P	Fe	
15.10.26г														
Завтрак														
Суп рыбный	250	31,23	184				7	8	21					50
Тефтели мясные с рисом	90	34,86	252				16	19	8					202
Каша гречн. рассыпая	150	12,05	269				6	5	35					219
Кисель плодово-яг	200	4,80	110				1	0	29					274
Хлеб пшеничный	60	6,60	142				4	1	28					1300
Банан	87	16,07	80				3	28	31					
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Итого	887	111,51												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
15.10.26г														
Завтрак														
Суп рыбный	250	31,23	184				7	8	21					50
Тефтели мясные с рисом	100	38,73	280				13	19	13					202
Каша гречн.рассып.	180	14,46	322				10	10	47					219
Кисель плодово - ягодный	200	4,80	110				1	0	29					274
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Банан	108	20,01	40				0	2	8					
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Итого		125,03												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергетиче- ская цен- ность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	P	Fe	
16.10.26г														
Завтрак														
Рассольник Ле- нинградский	250	33,10	129				6	3	19					45
Котлета куринная	90	34,80	227				14	15	7					209
Картофельное пю- ре	150	21,40	225				4	5	40					224
Чай с лимоном	200/10	4,73	92				1	1	10					293
Хлеб пшеничный	60	6,60	142				4	0	20					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					265
Печенье	23	4,98	8				0	0	2					
Итого	833	111,51												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	P	Fe	
16.10.26г														
Завтрак														
Рассольник Ле- нинградский	250	33,10	127				6	3	19					45
Котлета куринная	100	38.66	266				16	18	15					209
Картофельное пю- ре	180	25,68	283				5	8	48					224
Чай с лимоном	200/10	4,73	92				1	0	20					293
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					265
Печенье	33	7,06	271				3	28	31					
Итого	913	125,03												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 1 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
12.10.26г														
Обед														
Суп с макарон изд.	250	28,94	179				8	7	20					47
Плов из окорочков	210	53,50	747				37	45	41					211
Компот из сухо- фруктов	200	6,60	120				1	0	28					283
Хлеб пшеничный	60	6,60	142				4	0	28					1300
Огурец свежий	60	6,00	8				0	0	2					
Печенье	112	24,05	279				4	11	40					
Итого	892	125,69												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 2 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
12.10.26г														
Завтрак														
Суп с макаронными издел. Курин.бульон.	250	28,94	184				7	8	21					47
Плов из окорочков	210	53,50	747				12	8	47					211
Компот из сухофр.	200	6,60	120				1	0	28					283
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Огурец свежий	80	8,00	8				0	0	2					
Сок фруктовый	200	25	92				1	1	1					
Печенье	74	15,89	271				3	28	31					
Итого	1104	147,83												

Заведующая хозяйством

Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 1 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
13.10.26г														
Щи из свеж капусты	250	35,16	112				2	7	11					112
Котлета куринная	90	34,80	227				14	15	7					209
Макарон изд отварн	150	13,85	211				6	5	35					227
Чай с лимоном	200/10	4,73	49				0	0	15					300
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Яблоко свежее	178	21,35	80				1	1	17					
Итого	1018	125,69												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 2 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	P	Fe	
13.10.26г														
Щи из свеж.капусты	250	35,16	112				2	6	11					63
Котлета куринная	100	38,66	266				16	18	15					209
Макарон изелия отвар.	180	16,62	253				7	16	42					227
Чай с лимоном	200/10	4,73	49				0	0	12					300
Хлеб пшеничный 1с.	120	13,20	60				4	0	28					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Кондитерка	83	17,96	279				4	11	40					
Яблоко свежее	130	15,60	80				1	1	17					
.														
Итого	1123	147,83												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 1 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цету- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
14.10.26г														
Завтрак														
Суп гороховый	250	26,10	126				4	9	27					42
Биточки рыбные	90	42,20	182				17	3	22					161
Рис отварной	150	14,90	160				3	6	23					241
Компот из свеж, яблок	200	6,75	106				0	0	12					282
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	142					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
.Печенье	93	19,94	279				4	11	40					
Итого	923	125,69												

Заведующая хозяйством

Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 2 степень

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
14.10.26г														
Завтрак														
Суп гороховый	250	26,10	126				4	9	27					42
Биточки рыбные	100	46,89	202				19	3	24					161
Рис отварной	180	17,88	193				4	7	28					241
Компот из свеж, яблок	200	6,75	106				0	0	12					282
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Сок фруктовый	200	25,00												
Печенье	44	9,41	279				4	11	40					
Итого	1114	147,83												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 1 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
15.10.26г														
Завтрак														
Суп рыбный	250	31,23	184				7	8	21					50
Тефтели с рисом	90	34,86	252				16	19	8					202
Каша гречневая рас- сыпчатая	150	12,05	269				6	5	35					219
Кисель плодово- ягодный	200	4,80	110				1	0	29					274
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	1	28					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Банан	145	26,95	40				0	2	8					
Итого	975	125,69												

Заведующая хозяйством

Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 2 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
15.10.26г														
Завтрак														
Суп рыбный	250	31,23	184				7	8	21					50
Тефтели с рисом	100	38,73	280				18	19	13					202
Каша гречневая рас- сыпчатая	180	14,46	322				10	10	47					219
Кисель плодово- ягодный	200	4,80	110				1	0	29					274
Хлеб пшеничный	90	9,90	142				4	0	28					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Банан	142	26,27	40				0	2	8					
Печенье	77	16,54	271				3	28	31					
Итого	1089	147,83												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 1 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
16.10.26г														
Завтрак														
Рассольник Ле- нинградский	250	33,10	129				6	3	19					45
Котлета куринная	90	34,80	227				14	15	7					209
Картоф.пюре	150	21,40	225				4	5	40					224
Чай с лимоном	200/10	4,73	92				1	1	100					293
Хле пшеничный	90	9,90	142				4	0	20					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Кондитерское изд.	74	15,86	271				3	28	31					
Итого	914	125,69												

Заведующая хозяйством

Ж.Е.Мальцева

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

ОВЗ 2 ступень

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
16.10.26г														
Завтрак														
Рассольник Ле- нинградский	250	33,10	129				6	3	19					45
Котлета куринная	100	38,66	266				16	18	15					209
Картоф. пюре	180	25,68	283				5	8	48					224
Чай с лимоном	200/10	4,73	283				1	1	10					293
Хлеб пшеничный	120	13,20	142				4	0	20					1300
Соус томатный	50	5,90	35				1	2	3					
Кондитерское изд.	124	26,56	271				3	28	31					
Итого	1034	147,83												

Заведующая хозяйством



Ж.Е.Мальцева