

Согласованно:

Директор МБОУ СОШ № 177



11.09.2023 г

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "ЭВРИКА-11"

Рыхлицкая Л С

августа 2023 г.



**Примерное циклическое меню малообеспеченных учащихся в школьных столовых, обслуживаемых ООО "ЭВРИКА-11"**

Вводится с 01 сентября 2023 г.

Сезон: Осень Зима

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Муниципальная цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углевод ы	
	<b>1 неделя</b>						
	<b>1 день 1 недели</b>						
	<b>ЗАВТРАК 88,00р.</b>						
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшениная	200		13,34	47,87	38,30	339,15
54-2гн-2020	Чай с сахаром 1/200	200		0,26	0,06	15,25	26,80
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30		2,28	0,27	14,91	71,19
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20		0,94	0,14	9,96	44,86
пром	Фрукты свежие * (блоки)	120		0,96	0,24	9,00	62,00
	<b>Всего</b>	<b>570</b>	<b>88,00</b>	<b>17,78</b>	<b>18,58</b>	<b>87,42</b>	<b>544,00</b>
	<b>ОБЕД 88,00 р.</b>						
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	250		3,08	6,60	18,46	145,54
54-8м-2020	Тертели из говядины паровые	60		8,21	9,75	8,50	182,56
№601, 2004	Соус сметанный с томатом 50 гр	50		1,01	1,30	4,06	31,97
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180		5,50	6,04	16,54	234,54
54-6хн-2020	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200		0,58	0,18	16,34	141,22
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	30		2,28	0,27	14,91	71,19
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 30 гр	30		1,41	0,21	14,94	67,29
	<b>Всего</b>	<b>800</b>	<b>88,00</b>	<b>22,07</b>	<b>24,35</b>	<b>93,75</b>	<b>874,31</b>
	<b>Итого за день</b>			<b>39,85</b>	<b>42,93</b>	<b>181,17</b>	<b>1 418,31</b>
	<b>2 день 1 недели</b>						
	<b>ЗАВТРАК 88,00 р.</b>						
54-12м-2020	Плов с курицей	260		18,48	18,10	43,20	314,60
54-6 гн-2020	Чай с черной смородиной и сахаром	200		0,30	0,00	9,30	30,80
№ 108, 2013	Хлеб пшеничный	50		3,04	0,36	19,88	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50		0,94	0,14	9,96	98,16
	<b>Всего</b>	<b>560</b>	<b>88,00</b>	<b>22,76</b>	<b>18,60</b>	<b>82,34</b>	<b>584,48</b>
	<b>ОБЕД 88,00 р.</b>						
№110, 2004	Борщ с капустой и картофелем	250		2,23	5,03	15,09	114,56
54-9м-2020	Жаркое по -домашнему из филе птицы	260		13,56	17,43	19,64	364,55
54-13хн-2020	Компот из свежих яблок + вишня св/морож.	200		0,00	0,00	13,95	106,81



№109,2013	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,36	19,88	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,61	0,33	18,96	98,16
	<b>Всего</b>	<b>810</b>	<b>20,44</b>	<b>23,15</b>	<b>87,52</b>	<b>825,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1305</b>	<b>43,2</b>	<b>41,75</b>	<b>169,86</b>	<b>1 409,48</b>
	<b>3 день 1 недели</b>					
	<i>ЗАВТРАК 88,00 р.</i>					
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	15	5,36	5,46	0,00	101,16
54-21К-2020	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,11	8,25	26,21	227,04
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200	2,04	1,88	17,91	86,00
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,27	14,91	71,19
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	0,94	0,14	9,96	44,86
	<b>Всего</b>	<b>515</b>	<b>17,73</b>	<b>16,00</b>	<b>68,99</b>	<b>530,25</b>
№139, 2004	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр	250	5,99	4,40	21,65	150,15
54-14р-2020	Котлета рыбная Любительская (минтая)	50	14,45	13,14	17,57	112,20
54-6г-2020	Рис отварной	180	4,65	6,73	16,55	205,50
54-2с-2020	Соус белый основной 50 гр	50	0,43	1,04	3,33	24,37
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0,06	30,16	125,34
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,27	14,91	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	0,94	0,14	9,96	98,16
	<b>Всего</b>	<b>830</b>	<b>29,78</b>	<b>25,78</b>	<b>114,13</b>	<b>856,64</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>47,51</b>	<b>41,78</b>	<b>183,12</b>	<b>1 386,89</b>
	<b>4 день 1 недели</b>					
	<i>ЗАВТРАК 88,00р.</i>					
54-27м-2020	Капуста тушеная с мясом птицы	250	13,33	16,37	17,62	339,40
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,26	0,06	24,25	26,80
№108,2013	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,27	14,91	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50	0,94	0,14	9,96	98,60
	<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>16,81</b>	<b>16,84</b>	<b>66,74</b>	<b>605,72</b>
	<b>Итого за день</b>					
	<i>ОБЕД 88,00р.</i>					
№135,2004	Суп из овощей со сметаной 250	250	2,41	6,09	14,26	121,48
№ 312,2011	Кнели куриные 1/ 50 гр	50	4,40	7,19	16,68	279,02
54-1г-2020	Макаронны отварные	180	3,34	5,17	16,38	196,80
54-1с-2020	Соус сметанный	40	1,01	1,30	4,06	31,97
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	4,53	2,84	10,26	65,30
№ 108, 2013	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,54	9,82	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	44,86
	<b>Всего</b>	<b>800</b>	<b>21,66</b>	<b>23,34</b>	<b>86,40</b>	<b>880,35</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>38,47</b>	<b>40,18</b>	<b>153,14</b>	<b>1 486,07</b>
	<b>5 день 1 недели</b>					
	<i>ЗАВТРАК 88,00р.</i>					



№101-2013	Каша жидкая молочная манная	200			4,94	6,72	12,17	174,30
54-7гн-2020	Сыр твердых сортов / нарезка/	15			3,36	5,46	0,00	101,16
№108, 2013	Какао с молоком	200			4,09	3,70	25,74	100,40
№109, 2013	хлеб пшеничный	50			3,04	0,36	19,88	140,92
пром	хлеб ржано-пшеничный	50			0,94	0,14	9,96	98,16
	печенье ( в ассортименте)	35			0,3	0,23	0,2	25,80
	<b>Всего</b>	<b>550</b>		<b>88,00</b>	<b>16,37</b>	<b>16,38</b>	<b>67,75</b>	<b>640,74</b>
№134, 2004	<i>ОБЕД 88,00р.</i>							
54-25м-2020	Суп Крестьянский с крупой 250 гр	250			1,99	5,19	11,98	102,63
54-4г-2020	Курица тушеная с морковью в сметане	100			5,72	11,11	12,49	166,40
54-11хн-2020	каша гречневая рассыпчатая	180			9,04	8,04	18,62	233,70
№108, 2013	Компот из св./морожен. ягод ( в ассортименте)	200			0,25	0,10	15,78	105,01
№109, 2013	Хлеб пшеничный	50			2,28	0,27	14,91	140,92
	Хлеб ржано-пшеничный	50			0,94	0,14	9,96	98,16
	<b>Всего</b>	<b>830</b>		<b>88,00</b>	<b>20,22</b>	<b>24,85</b>	<b>83,74</b>	<b>846,82</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>36,59</b>	<b>41,23</b>	<b>151,49</b>	<b>1 487,56</b>
	<b>6 день 1 неделя</b>							
54-16к-2020	<i>ЗАВТРАК 88,00 р.</i>							
54-9гн-2020	Каша "Дружба"	200			8,95	13,31	19,45	228,90
№108, 2013	Кофейный напиток с молоком 200 гр	200			2,04	1,88	17,91	86,00
№109, 2013	Хлеб пшеничный	50			2,28	0,27	14,91	140,92
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20			0,94	0,14	9,96	44,86
	<b>Всего</b>	<b>590</b>		<b>88,00</b>	<b>15,17</b>	<b>15,84</b>	<b>71,23</b>	<b>562,68</b>
	<i>ГОС 1-4 класс ОБЕД 1- 70,00 р.</i>							
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250			3,05	4,20	12,20	124,80
54-30м-2020	Кнели из говядины с рисом 1/50	50			4,71	8,03	14,15	184,60
54-2г-2020	макароны отварные с овощами	180			9,92	8,06	14,63	196,80
5405с-2020	Соус молочный натуральный	50			0,77	1,30	3,11	27,21
54-13хн-2020	Компот из свежих плодов **	200			0,16	0,16	17,87	113,57
№108, 2013	Хлеб пшеничный	50			3,04	0,36	14,91	140,92
№109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный 20	50			1,41	0,21	9,96	44,86
	<b>Всего</b>	<b>830</b>		<b>88,00</b>	<b>23,06</b>	<b>22,32</b>	<b>86,83</b>	<b>832,76</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>64,22</b>	<b>53,72</b>	<b>203,82</b>	<b>1 710,98</b>
	<b>2неделя</b>							
	<b>1 день 2 неделя</b>							
	<i>ЗАВТРАК 88,00 р.</i>							
54-22к-2020	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	200			12,49	18,76	11,23	340,60
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200			0,20	0,05	15,04	26,80
№108, 2013	Хлеб пшеничный	30			3,04	0,36	19,88	71,19
№109, 2013	Хлеб ржано-пшеничный	20			1,41	0,21	9,96	44,86
пром.	фрукты( яблоки) *	120			0,10	0,00	9,00	62,00



	Всего	570	88,00	17,24	19,38	65,11	545,45
	ОБЕД 88,00р.						
54-8с-2020	Суп картофельный с бобовыми /горох/ 250 гр						
54-12м-2020	Плов из филе птицы	250		5,99	4,40	21,65	150,15
54-7хн-2020	Компот из св / морож ягод ****	260		15,97	22,69	28,68	314,60
№ 108, 2013	Хлеб пшеничный	200		0,14	0,02	24,43	152,15
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	50		3,04	0,36	19,88	140,92
	Всего	50		0,94	0,14	9,96	98,16
	Итого за день	810	88,00	26,08	27,61	104,60	855,98
	2 день 2 неделя						
	ЗАВТРАК 88,00 р.						
№412,2013	Тефтели из филе птицы запеченные с соусом молочным 60/30	90		3,21	4,15	6,85	221,45
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	180		4,92	4,06	11,63	149,50
54-7гн-2020	Какао с молоком 200 гр	200		4,09	3,70	15,77	100,40
№ 108, 2013	Хлеб пшеничный	50		3,04	0,36	14,10	71,19
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный	30		1,41	0,21	9,96	44,86
	Всего	550	88,00	16,67	12,48	58,31	587,40
	ОБЕД 88,00р.						
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский со сметаной	250		2,65	6,17	20,50	148,13
417,1996	Котлеты мясо-картофельные по- Хльновски	60		10,13	14,39	11,65	321,68
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180		3,30	3,35	18,78	233,70
601,2004	Соус сметанный с томатом	50		0,77	1,30	3,11	27,21
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов 200 гр	200		4,53	2,84	30,26	81,00
№108,2013	Хлеб пшеничный 30 гр	50		2,28	0,27	14,91	71,19
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный 20 гр	20		0,94	0,14	9,96	44,86
	Всего	810	88,00	24,60	28,46	109,17	927,77
	3 день 2 неделя						
	ЗАВТРАК 88,00 р.						
54-24к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200		8,58	10,43	17,63	164,55
54-23гн-2020	кофейный напиток с молоком	200		0,94	0,14	9,96	86,00
№109,2013	Хлеб пшеничный	50		0,84	0,84	20,58	140,92
№109,2013	Хлеб ржано- пшеничный	50		0,84	0,84	20,58	98,16
№101-2013	Сыр твердых сортов / нарезка/	15		5,36	5,46	0,00	101,16
пром	вафли ( в ассортименте)	35		0,3	0,23	0,2	25,80
	Всего	550	88,00	16,56	17,71	68,75	616,59
	ОБЕД 88,00 р.						
54-5с-2022	Суп из овощей со сметаной						
54-30м-2022	Кнели куриные с рисом запеченные в соусе молочном натуральном 50/50	250		2,41	6,09	14,26	121,48
54-1г-2022	Макаронные изделия отварные	100		12,94	14,46	11,50	204,60
54-13хн-2022	Компот из свежих плодов ****	180		6,60	7,25	27,45	196,80
	Всего	200		0,16	0,16	27,87	82,00



№109,2013	Хлеб пшеничный		50		2,28	0,27	14,91	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный		50		0,71	0,11	7,47	98,16
	<b>Всего</b>		<b>830</b>	<b>88,00</b>	<b>25,10</b>	<b>28,34</b>	<b>103,46</b>	<b>843,96</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>41,66</b>	<b>46,05</b>	<b>172,21</b>	<b>1 460,55</b>
		4 день 2 недели ЗАВТРАК 88,00 р.						
54-22м-2022	Рагу из курицы		260		6,79	9,21	15,07	317,40
54-3г-2022	Чай с сахаром и лимоном		200		2,04	1,88	7,90	27,90
№108,2013	Хлеб пшеничный		50		2,28	0,27	14,91	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный		50		0,94	0,14	9,96	98,16
	<b>Всего</b>		<b>560</b>	<b>88,00</b>	<b>12,05</b>	<b>11,50</b>	<b>47,84</b>	<b>584,38</b>
		ОБЕД 88,00 р.						
54-18с-2022	Свекольник со сметаной		250		2,64	5,36	20,80	142,07
54-29м-2022	Фрикадельки из филе курицы в соусе сметанном 60/50		110		13,33	16,37	11,62	247,16
54-6г-2022	рис отварной		180		3,34	5,17	16,38	165,42
54-6хн-2022	Компот из св / морож ягод (в ассортименте) ****		200		0,58	0,18	24,24	141,22
№108,2013	Хлеб пшеничный		50		2,28	0,27	14,91	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный		20		1,88	0,28	19,92	44,86
	<b>Всего</b>		<b>810</b>	<b>88,00</b>	<b>24,05</b>	<b>27,63</b>	<b>107,87</b>	<b>881,65</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>36,10</b>	<b>39,13</b>	<b>155,71</b>	<b>1 466,03</b>
		5 день 2 недели ЗАВТРАК 88,00 р.						
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые		60		4,02	4,10	0,00	117,10
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая		180		5,91	11,92	30,16	249,50
601,2004	Соус сметанный с томатом		50		0,77	1,30	3,11	27,21
54-7нн-2020	Какао с молоком 200 гр		200		4,09	3,70	25,74	100,40
№108,2013	Хлеб пшеничный		30		3,04	0,36	19,88	94,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный		20		0,94	0,14	9,96	44,86
	<b>Всего</b>		<b>540</b>	<b>88,00</b>	<b>18,80</b>	<b>20,42</b>	<b>93,24</b>	<b>633,99</b>
		ОБЕД 88,00 р.						
54-7с-2022	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 гр		250		2,89	5,19	24,27	155,33
54-18м-2022	Печень говяжья по строгановски **		80		12,63	14,79	14,99	189,20
54-1г-2022	макароны отварные		180		4,65	6,73	16,55	196,80
54-2хн-2022	Компот из кураги		200		0,25	0,10	25,78	87,60
№108,2013	Хлеб пшеничный		50		2,28	0,27	14,91	140,92
№109,2013	Хлеб ржано-пшеничный		50		0,94	0,14	9,96	98,16
	<b>Всего</b>		<b>810</b>	<b>88,00</b>	<b>23,64</b>	<b>27,22</b>	<b>106,46</b>	<b>868,01</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>42,44</b>	<b>47,64</b>	<b>199,70</b>	<b>1 502,00</b>
		6 день 2 недели ЗАВТРАК 88,00 р.						



54-2гн-2022	Запеканка из творога с морковью	150			8,24	12,70	10,17	307,70
№108, 2013	Чай с сахаром	200			0,26	0,06	5,25	26,80
№109, 2013	Хлеб пшеничный	30			3,04	0,36	19,88	94,92
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20			1,18	0,18	12,45	56,08
	фрукты свежие	120			0,76	0,76	8,62	62,00
	<b>Всего</b>	<b>520</b>		<b>88,00</b>	<b>13,48</b>	<b>14,06</b>	<b>56,37</b>	<b>547,50</b>
54-1с-2022								
	<i>ОБЕД 88,00 р.</i>							
54-8м-2022, 54-5с-2022	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250			2,25	6,05	11,31	108,74
54-8г-2022	Тефтели из филе птицы, запеченные в соусе молочном 60/50	110			9,56	12,18	13,46	260,50
54-13хн-2022	Капуста тушеная	180			9,04	8,04	8,62	123,50
№108, 2013	Напиток из шиповника	200			0,15	1,42	30,72	92,30
№109, 2013	Хлеб пшеничный	50			2,28	0,27	14,91	140,92
	Хлеб ржано-пшеничный	50			1,18	0,18	12,45	98,16
	<b>Всего</b>	<b>840</b>		<b>88,00</b>	<b>24,46</b>	<b>28,14</b>	<b>91,47</b>	<b>824,12</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>37,94</b>	<b>42,20</b>	<b>147,84</b>	<b>1 371,62</b>
	<b>Всего за две недели</b>							
	<b>Среднее за день</b>							