

Утверждаю  
 0 Директор МБОУ СОШ №

" " 2024 год

меню МАОУ СОШ №76

для обучающихся 1-4 х классов с 07 октября 2024 по 11 октября 2024

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ №

" " 2024 год

меню МАОУ СОШ № 76

для обучающихся 5-11 х классов с 07 октября 2024 по 11 октября 2024

07.10.2024 Понедельник, Звезда							07.10.2024 Понедельник Звезда						
Завтрак							Завтрак						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшённая	150	6,23	7,65	28,20	206,18	54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшённая	250	10,38	12,75	47,00	343,63
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,90	2,90	11,20	86,00	54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,90	2,90	11,20	86,00
Пром.	Батон йодированный	30	2,31	0,81	16,14	82,50	Пром.	Батон йодированный	30	2,31	0,29	14,37	70,80
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,20	7,90	39,10	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,20	7,90	39,10
Пром.	Сыр	15	3,30	3,95		48,90	Пром.	Сыр	15	3,30	3,95		48,90
Пром.	Фрукт (яблоко)	200	0,83	0,83	19,67	88,83	Пром.	Фрукт (яблоко)	200	0,83	0,83	19,67	88,83
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>615</b>	<b>17,87</b>	<b>16,34</b>	<b>83,11</b>	<b>551,51</b>		<b>Итого за завтрак</b>	<b>715</b>	<b>22,02</b>	<b>20,92</b>	<b>100,14</b>	<b>677,26</b>
	<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,50	0,10	1,50	8,50	54-2з-2020	Огурец в нарезке**	100	0,83	0,17	2,50	14,17
54-17с-2020	Суп из овощей	200	1,42	3,72	8,08	71,20	54-17с-2020	Суп из овощей	250	1,78	4,65	10,10	89,00
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	70	12,79	12,23	11,57	206,55	54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	90	16,44	15,72	14,88	265,56
54-4соус-2020	Соус сметанный натуральный	30	0,87	4,95	1,98	55,83	54-4соус-2020	Соус сметанный натуральный	30	0,87	4,95	1,98	55,83

54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,10	9,90	41,60	54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,10	9,90	41,60
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	140,60	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	140,60
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65
	<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>25,53</b>	<b>27,10</b>	<b>94,18</b>	<b>722,33</b>		<b>Итого за Обед</b>	<b>940</b>	<b>30,51</b>	<b>32,63</b>	<b>104,47</b>	<b>832,69</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1415</b>	<b>43,40</b>	<b>43,44</b>	<b>177,29</b>	<b>1273,84</b>		<b>Итого за день</b>	<b>1655</b>	<b>52,53</b>	<b>53,55</b>	<b>204,61</b>	<b>1509,95</b>
			<b>56%</b>	<b>55%</b>	<b>53%</b>	<b>54%</b>				<b>58%</b>	<b>58%</b>	<b>53%</b>	<b>56%</b>
	08.10.2024 Вторник, 2неделя							08.10.2024 Вторник, 2неделя					
	<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>					
54-3г-2020	Макаронь отварные с сыром	200	10,53	9,07	38,27	276,93	54-3г-2020	Макаронь отварные с сыром	250	13,17	11,33	47,83	346,17
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56,60
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,10	7,10	30,00	54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,10	7,10	30,00
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,20	7,90	39,10	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,20	7,90	39,10
Пром.	Батон йодированный	30	2,31	0,81	16,14	82,50	Пром.	Батон йодированный	30	2,31	0,29	14,37	70,80
Пром.	Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,09	75,00	Пром.	Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,09	75,00
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>19,30</b>	<b>22,43</b>	<b>69,80</b>	<b>560,13</b>		<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>21,94</b>	<b>24,17</b>	<b>77,59</b>	<b>617,67</b>
	<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-8з-2020	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33
157-215-2020	Уха рыбацкая с горбушей	200	6,09	2,96	9,67	89,47	54-15с-2020	Уха рыбацкая с горбушей	250	7,61	3,70	12,09	111,84
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,70	4,80	36,50	203,50	54-6г-2020	Рис отварной	200	4,93	6,40	48,67	217,33

54-25м-2020	Курица тушенная с морковью	100	14,10	5,70	4,40	126,40	54-25м-2020	Курица тушенная с морковью	120	16,92	6,84	5,28	151,68
54-1хн-2020	Компот из сухофруктов)	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	140,60	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	140,60
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65
	<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>31,64</b>	<b>14,36</b>	<b>114,02</b>	<b>712,42</b>		<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>37,68</b>	<b>17,91</b>	<b>131,02</b>	<b>836,43</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1305</b>	<b>50,94</b>	<b>36,79</b>	<b>183,82</b>	<b>1272,55</b>		<b>Итого за день</b>	<b>1305</b>	<b>59,62</b>	<b>42,08</b>	<b>208,61</b>	<b>1454,10</b>
			<b>66%</b>	<b>47%</b>	<b>55%</b>	<b>54%</b>				<b>66%</b>	<b>46%</b>	<b>54%</b>	<b>53%</b>
	09.10.2024. Среда, 2 неделя							09.10.2024 Среда, 2 неделя					
	<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>					
54-1г-2020	Запеканка из творога	100	19,80	7,13	14,47	200,80	54-1г-2020	Запеканка из творога	150	29,70	10,70	21,71	301,20
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,80	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Пром.	Багон йодированный	30	2,31	0,81	16,14	82,50	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,29	14,37	70,80
Пром.	Сгущеное молоко	50	3,95	4,35	27,20	160,50	Пром.	Сгущеное молоко	50	3,95	4,35	27,20	160,50
Пром.	Фрукт (яблоко)	200	0,78	0,78	19,57	88,78	Пром.	Фрукт (яблоко)	200	0,83	0,83	19,67	88,83
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>580</b>	<b>27,04</b>	<b>13,07</b>	<b>83,78</b>	<b>559,38</b>		<b>Итого за завтрак</b>	<b>630</b>	<b>36,99</b>	<b>16,16</b>	<b>89,34</b>	<b>648,13</b>
	<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					
54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	60	1,60	6,10	6,20	85,70	54-7	Салат из белокачанной капусты	100	2,67	10,17	10,33	142,83
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	1,92	5,14	13,22	106,66	54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	2,40	6,43	16,53	133,33
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28

54-24м-2020	Шницель из курицы	60	11,44	2,56	8,00	101,20	54-24м-2020	Шницель из курицы	90	17,16	3,84	12,00	151,80
54-4соус-2020	Соус сметанный натуральный	30	0,87	4,95	1,98	55,83	54-4соус-2020	Соус сметанный натуральный	30	0,87	4,95	1,98	55,83
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,10	9,90	41,60	54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,10	9,90	41,60
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	140,60	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	129,50	140,60
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65
	<b>Итого за Обед</b>	<b>790</b>	<b>25,78</b>	<b>24,85</b>	<b>100,45</b>	<b>729,64</b>		<b>Итого за Обед</b>	<b>940</b>	<b>33,69</b>	<b>32,52</b>	<b>215,85</b>	<b>891,92</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1370</b>	<b>52,82</b>	<b>37,92</b>	<b>184,23</b>	<b>1289,02</b>		<b>Итого за день</b>	<b>1570</b>	<b>70,68</b>	<b>48,68</b>	<b>205,19</b>	<b>1540,05</b>
			<b>69%</b>	<b>48%</b>	<b>55%</b>	<b>55%</b>			<b>79%</b>	<b>53%</b>	<b>54%</b>	<b>57%</b>	
	10.10.2024 Четверг 2 неделя							10.10.2024 Четверг 2 неделя					
	<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>					
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139,40	54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,27	6,93	26,40	185,87
54-5м-2020	Котлета из курицы	70	13,44	2,99	9,43	117,97	54-5м-2020	Котлета из курицы	70	13,44	2,99	9,43	117,97
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,80	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,63	0,25	9,88	48,88	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,63	0,25	9,88	48,88
Пром.	Батон йодированный	45	3,47	1,22	24,21	123,75	Пром.	Батон йодированный	45	3,40	0,40	22,10	105,50
Пром.	Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,09	75,00	Пром.	Масло сливочное	10	0,06	8,25	0,09	75,00
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>22,00</b>	<b>17,91</b>	<b>69,80</b>	<b>531,80</b>		<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>22,99</b>	<b>18,82</b>	<b>74,29</b>	<b>560,02</b>
	<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					

54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,60	3,10	1,80	37,60	54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,00	5,17	3,00	62,67
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,70	4,26	9,68	90,24	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2,13	5,33	12,10	112,80
54-2м-2020	Гуляш из говядины	90	15,19	14,74	3,60	208,80	54-2м-2020	Гуляш из говядины	100	16,88	16,38	4,00	232,00
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,20	6,30	35,90	233,70	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,84	7,56	43,08	280,44
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,70	66,90	54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,70	66,90
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,00	0,40	10,00	51,20	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,00	0,40	10,00	51,20
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65
	<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>30,64</b>	<b>29,20</b>	<b>88,53</b>	<b>747,09</b>		<b>Итого за Обед</b>	<b>890</b>	<b>34,79</b>	<b>35,23</b>	<b>99,73</b>	<b>864,66</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1260</b>	<b>52,63</b>	<b>47,10</b>	<b>158,33</b>	<b>1278,89</b>		<b>Итого за день</b>	<b>1440</b>	<b>57,78</b>	<b>54,05</b>	<b>174,02</b>	<b>1424,67</b>
			<b>68%</b>	<b>60%</b>	<b>47%</b>	<b>54%</b>				<b>64%</b>	<b>59%</b>	<b>45%</b>	<b>52%</b>
	11.10.2024 Пятница, 2неделя							11.10.2024 Пятница, 2неделя					
	<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>					
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,70	4,80	36,50	203,50	54-6г-2020	Рис отварной	180	4,44	5,76	43,80	244,20
54-5м-2020	Котлета из говядины	60	10,96	10,48	9,92	177,04	54-5м-2020	Котлета из говядины	70	12,79	12,21	11,57	206,56
463 2013 г.	Соус томатный с овощами	50	0,60	2,06	3,73	35,80	463 2013 г.	Соус томатный с овощами	50	0,60	2,06	3,73	35,80
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,10	7,10	30,00	54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,10	7,10	30,00

Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,30	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	14,80	70,30
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,20	7,90	39,10	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,20	7,90	39,10
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>19,16</b>	<b>17,84</b>	<b>79,95</b>	<b>555,74</b>		<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>21,73</b>	<b>20,53</b>	<b>88,90</b>	<b>625,96</b>
	<b>Обед</b>							<b>Обед</b>					
54-11з-2020	Салат изморкови с яблоком*	60	0,60	6,10	4,30	74,20	54-11з-2020	Салат изморкови с яблоком*	100	1,00	10,17	7,17	123,67
54-8с-2020	Суп гороховый	200	4,24	4,02	15,92	116,80	54-8с-2020	Суп гороховый	250	5,30	5,03	19,90	146,00
54-1г-2020	Макаронь отварные	150	5,30	4,90	32,80	196,80	54-1г-2020	Макаронь отварные	180	6,36	5,88	39,36	236,16
54-23м-2020	Биточек из курицы	70	13,44	2,99	9,43	117,97	54-23м-2020	Биточек из курицы	80	15,36	3,41	10,77	134,83
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,72	1,48	1,92	23,84	54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,54	0,76	0,88	12,50
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,29	14,37	70,80	Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,29	14,37	70,80
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,30	11,85	58,65
	<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>29,16</b>	<b>20,27</b>	<b>105,79</b>	<b>724,36</b>		<b>Итого за Обед</b>	<b>890</b>	<b>33,42</b>	<b>26,03</b>	<b>119,50</b>	<b>847,90</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1270</b>	<b>48,32</b>	<b>38,11</b>	<b>185,73</b>	<b>1280,10</b>		<b>Итого за день</b>	<b>1440</b>	<b>55,15</b>	<b>46,56</b>	<b>208,40</b>	<b>1473,86</b>
			<b>63%</b>	<b>48%</b>	<b>55%</b>	<b>54%</b>				<b>61%</b>	<b>51%</b>	<b>54%</b>	<b>54%</b>