

Меню на 13.12.2024

| ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ   |                                                        |            |                    |          |         |             |          |               |
|--------------------------|--------------------------------------------------------|------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|---------------|
| № рец.                   | Блюдо                                                  | Прием пищи | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость,    |
| Завтрак-Обед(1-4 классы) |                                                        |            |                    |          |         |             |          | Итого: 212,80 |
| 100                      | Котлета рубленая из<br>филе куриного с<br>отрубями .   | Завтрак    | 295                | 17       | 35      | 295         | 80       | 59,73         |
| 512                      | Рис припущенный                                        | Завтрак    | 193                | 4        | 3       | 37          | 150      | 19,32         |
| 685                      | Чай с сахаром                                          | Завтрак    | 58                 | 0        | 0       | 15          | 200      | 3,13          |
| -                        | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Завтрак    | 61                 | 2        | 0       | 13          | 25       | 2,92          |
| -                        | Уха рыбацкая 250/10                                    | Обед       | 148                | 3        | 3       | 12          | 260      | 20,73         |
| 199                      | Индейка по Люблински                                   | Обед       | 199                | 22       | 15      | 8           | 80       | 69,72         |
| -                        | Макаронные изделия<br>отварные / помидоры<br>св.150/20 | Обед       | 185                | 5        | 4       | 32          | 170      | 21,49         |
| 639                      | Компот из кураги                                       | Обед       | 83                 | 1        | 0       | 20          | 200      | 12,84         |
| -                        | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Обед       | 61                 | 2        | 0       | 13          | 25       | 2,92          |
| Завтрак-Обед(5-11классы) |                                                        |            |                    |          |         |             |          | Итого: 246,16 |
| 199                      | Тефтели из мяса с соусом.                              | Завтрак    | 262                | 10       | 17      | 17          | 120      | 68,32         |
| 297                      | Каша гречневая<br>рассыпчатая/помидор<br>180/15        | Завтрак    | 279                | 8        | 11      | 41          | 195      | 23,23         |
| -                        | Чай с лимоном. 200/3                                   | Завтрак    | 38                 | 0        | 0       | 10          | 203      | 3,96          |
| -                        | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Завтрак    | 61                 | 2        | 0       | 13          | 25       | 2,92          |
| -                        | Уха рыбацкая 250/10                                    | Обед       | 148                | 3        | 3       | 12          | 260      | 20,73         |
| 199                      | Индейка по Люблински                                   | Обед       | 249                | 27       | 18      | 10          | 100      | 87,46         |
| -                        | Макаронные изделия<br>отварные /помидор<br>св.180/20   | Обед       | 222                | 6        | 5       | 39          | 200      | 23,78         |
| 639                      | Компот из кураги                                       | Обед       | 83                 | 1        | 0       | 20          | 200      | 12,84         |
| -                        | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Обед       | 61                 | 2        | 0       | 13          | 25       | 2,92          |
| Комплекс (10-11классы)   |                                                        |            |                    |          |         |             |          | Итого: 124,58 |
| -                        | Чиполлетти пикантный                                   | Завтрак    | 232                | 14       | 16      | 8           | 100      | 69,26         |
| -                        | Картофельные<br>профитроли                             | Завтрак    | 0                  | 0        | 0       | 0           | 180      | 45,29         |
| -                        | Чай здоровье (шиповник)                                | Завтрак    | 0                  | 0        | 0       | 0           | 200      | 5,94          |
| -                        | Хлебная корзина                                        | Завтрак    | 86                 | 3        | 0       | 18          | 35       | 4,09          |
| Комплекс (1-4 классы)    |                                                        |            |                    |          |         |             |          | Итого: 85,10  |
| 100                      | Котлета рубленая из<br>филе куриного с<br>отрубями .   | Завтрак    | 295                | 17       | 35      | 295         | 80       | 59,73         |
| 512                      | Рис припущенный                                        | Завтрак    | 193                | 4        | 3       | 37          | 150      | 19,32         |
| 685                      | Чай с сахаром                                          | Завтрак    | 58                 | 0        | 0       | 15          | 200      | 3,13          |
| -                        | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Завтрак    | 61                 | 2        | 0       | 13          | 25       | 2,92          |
| Комплекс (5-11классы)    |                                                        |            |                    |          |         |             |          | Итого: 98,43  |
| 199                      | Тефтели из мяса с соусом.                              | Завтрак    | 262                | 10       | 17      | 17          | 120      | 68,32         |

|                                |                                                        |         |     |    |    |    |                      |       |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------|---------|-----|----|----|----|----------------------|-------|
| 297                            | Каша гречневая<br>рассыпчатая/помидор<br>180/15        | Завтрак | 279 | 8  | 11 | 41 | 195                  | 23,23 |
| -                              | Чай с лимоном. 200/3                                   | Завтрак | 38  | 0  | 0  | 10 | 203                  | 3,96  |
| -                              | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Завтрак | 61  | 2  | 0  | 13 | 25                   | 2,92  |
| <b>Комплекс 2</b>              |                                                        |         |     |    |    |    | <b>Итого: 26,38</b>  |       |
| 181                            | Уха рыбацкая .250/20                                   | Ланч    | 71  | 3  | 1  | 5  | 260                  | 26,38 |
| <b>Комплекс 3</b>              |                                                        |         |     |    |    |    | <b>Итого: 28,69</b>  |       |
| -                              | Бульон куриный с яйцом                                 | Ланч    | 121 | 2  | 6  | 16 | 250                  | 28,69 |
| <b>Комплекс1 (1-4 классы)</b>  |                                                        |         |     |    |    |    | <b>Итого: 127,70</b> |       |
| -                              | Уха рыбацкая 250/10                                    | Обед    | 148 | 3  | 3  | 12 | 260                  | 20,73 |
| 199                            | Индейка по Люблински                                   | Обед    | 199 | 22 | 15 | 8  | 80                   | 69,72 |
| -                              | Макаронные изделия<br>отварные / помидоры<br>св.150/20 | Обед    | 185 | 5  | 4  | 32 | 170                  | 21,49 |
| 639                            | Компот из кураги                                       | Обед    | 83  | 1  | 0  | 20 | 200                  | 12,84 |
| -                              | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Обед    | 61  | 2  | 0  | 13 | 25                   | 2,92  |
| <b>Комплекс1(10-11 клвссы)</b> |                                                        |         |     |    |    |    | <b>Итого: 124,66</b> |       |
| 213,03                         | Филе запеченное с<br>помидором с сыром<br>50/15/10     | Завтрак | 202 | 29 | 11 | 7  | 75                   | 82,12 |
| -                              | Картофельные<br>профитроли                             | Завтрак | 0   | 0  | 0  | 0  | 145                  | 36,49 |
| 685                            | Чай с сахаром                                          | Завтрак | 58  | 0  | 0  | 15 | 200                  | 3,13  |
| -                              | Хлебная корзина                                        | Завтрак | 61  | 2  | 0  | 13 | 25                   | 2,92  |
| <b>Комплекс2 (5-11классы)</b>  |                                                        |         |     |    |    |    | <b>Итого: 98,43</b>  |       |
| 199                            | Тефтели из мяса с соусом.                              | Завтрак | 262 | 10 | 17 | 17 | 120                  | 68,32 |
| 297                            | Каша гречневая<br>рассыпчатая/помидор<br>180/15        | Завтрак | 279 | 8  | 11 | 41 | 195                  | 23,23 |
| -                              | Чай с лимоном. 200/3                                   | Завтрак | 38  | 0  | 0  | 10 | 203                  | 3,96  |
| -                              | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Завтрак | 61  | 2  | 0  | 13 | 25                   | 2,92  |
| <b>Комплекс4 (5-11классы)</b>  |                                                        |         |     |    |    |    | <b>Итого: 147,73</b> |       |
| -                              | Уха рыбацкая 250/10                                    | Обед    | 148 | 3  | 3  | 12 | 260                  | 20,73 |
| 199                            | Индейка по Люблински                                   | Обед    | 249 | 27 | 18 | 10 | 100                  | 87,46 |
| -                              | Макаронные изделия<br>отварные /помидор<br>св.180/20   | Обед    | 222 | 6  | 5  | 39 | 200                  | 23,78 |
| 639                            | Компот из кураги                                       | Обед    | 83  | 1  | 0  | 20 | 200                  | 12,84 |
| -                              | Хлеб Крестьянский<br>витаминизированный                | Обед    | 61  | 2  | 0  | 13 | 25                   | 2,92  |

| ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ |                               |                      |                                           |
|---------------------|-------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| Организация         | ФИО                           | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
| ООО Аппетит         | Роганов Владимир Владимирович | 11.12.2024 10:43:54  | A6442FCFC7314163AF5583857F376069FEEA7F4C  |
| МАОУ СОШ № 167      | Ольшевская Татьяна Юрьевна    | 11.12.2024 15:49:18  | E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90  |
| ООО Аппетит         |                               | МАОУ СОШ № 167       |                                           |

| Меню на 13.12.2024 |  |  |  |
|--------------------|--|--|--|
| СВОБОДНЫЙ ВЫБОР    |  |  |  |

| № рец.              | Блюдо                                        | Горячее питание | Калорийность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход, г | Стоимость, |
|---------------------|----------------------------------------------|-----------------|--------------------|----------|---------|-------------|----------|------------|
| <b>Закуска</b>      |                                              |                 |                    |          |         |             |          |            |
| 4                   | Сельдь Под шубой                             | Нет             | 0                  | 0        | 0       | 0           | 100      | 41,32      |
| 203/1               | Салат Цезарь                                 | Нет             | 174                | 8        | 15      | 15          | 100      | 61,11      |
| -                   | Салат из свежих помидоров и огурцов          | Нет             | 70                 | 1        | 6       | 3           | 100      | 43,51      |
| <b>Первое блюдо</b> |                                              |                 |                    |          |         |             |          |            |
| 181                 | Уха рыбацкая .                               | Да              | 74                 | 4        | 1       | 5           | 250/20   | 27,40      |
| <b>Второе блюдо</b> |                                              |                 |                    |          |         |             |          |            |
| 498                 | Котлета рубленая из филе куриного с отрубями | Да              | 140                | 13       | 6       | 7           | 100      | 74,32      |
| 209                 | Поджарка из индейки                          | Да              | 276                | 26       | 17      | 19          | 100      | 68,61      |
| <b>Гарнир</b>       |                                              |                 |                    |          |         |             |          |            |
| -                   | Макаронные изделия отварные с овощами        | Да              | 225                | 5        | 10      | 31          | 180      | 19,06      |
| 534                 | Капуста тушеная.                             | Да              | 113                | 4        | 3       | 16          | 180      | 24,30      |
| 74/94               | Картофель запеченный из сырого ,             | Да              | 167                | 4        | 7       | 21          | 180      | 37,93      |
| <b>Напитки</b>      |                                              |                 |                    |          |         |             |          |            |
| -                   | Чай пакетированный с лимоном                 | Нет             | 39                 | 0        | 0       | 10          | 200/7    | 7,98       |
| 699                 | Компот из вишни                              | Нет             | 128                | 0        | 0       | 32          | 200      | 26,81      |
| 271                 | Напиток Кофейный 3 в 1 (Нескафе)             | Нет             | 0                  | 0        | 0       | 0           | 200      | 28,01      |
| <b>Хлеб</b>         |                                              |                 |                    |          |         |             |          |            |
| -                   | Хлеб Крестьянский витаминизированный         | Нет             | 61                 | 2        | 0       | 13          | 25       | 2,92       |
| <b>Выпечка</b>      |                                              |                 |                    |          |         |             |          |            |
| 1000                | Пицца с фаршем (индейка)                     | Нет             | 250                | 9        | 13      | 24          | 100      | 57,71      |
| 747                 | Беляш школьный                               | Нет             | 250                | 9        | 13      | 24          | 100      | 45,12      |
| -                   | Пончики с сахарной пудрой 100/5              | Нет             | 0                  | 0        | 0       | 0           | 100/5    | 15,94      |
| 210                 | Булочка Аппетитная с маком                   | Нет             | 291                | 8        | 5       | 57          | 100      | 49,53      |
| 16а                 | Хачапури с сыром                             | Нет             | 549                | 25       | 18      | 50          | 75       | 42,60      |
| 17                  | Шоколадный мафин                             | Нет             | 0                  | 0        | 0       | 0           | 100      | 48,38      |
| 16                  | Лепешка с сыром по Уральски                  | Нет             | 0                  | 0        | 0       | 0           | 100      | 26,29      |

| ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ |                               |                      |                                           |
|---------------------|-------------------------------|----------------------|-------------------------------------------|
| Организация         | ФИО                           | Дата и время подписи | Отпечаток сертификата электронной подписи |
| ООО Аппетит         | Роганов Владимир Владимирович | 11.12.2024 10:43:54  | A6442FCFC7314163AF5583857F376069FEEA7F4C  |
| МАОУ СОШ № 167      | Ольшевская Татьяна Юрьевна    | 11.12.2024 15:49:18  | E077AC7B359588575368BF4214CFAFFE77532C90  |