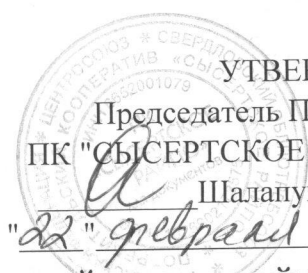


СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ "СОШ № 19"

Е.А. Дергунова

"22" февраля 2023г.



УТВЕРЖДАЮ:

Председатель Правления  
ПК "СЫСЕРТСКОЕ РАЙПО"

Шалапугина Н.В.

"22" февраля 2023г.

**МЕНЮ ПК "СЫСЕРТСКОЕ РАЙПО" ДЛЯ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ №19  
д.НОВОИПАТОВО ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 7-11 ЛЕТ.**

| <b>МЕНЮ 3 день</b>                   |                                                                  |                |              |              |                  |                |               |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|------------------|----------------|---------------|
| №                                    | Наименование блюда                                               | Выход,<br>г    | Белки<br>, г | Жиры,<br>г   | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал    | ЦЕНА          |
| <b>Комплекс 1 (завтрак 7-11 лет)</b> |                                                                  |                |              |              |                  |                |               |
| 44233                                | Омлет натуральный                                                | 140,00         | 13,65        | 14,84        | 2,38             | 197,40         | 38,26         |
| 445                                  | Доп гарнир: Зеленый горошек                                      | 30,00          | 0,90         | 1,23         | 1,92             | 22,50          | 14,66         |
| тгк                                  | Напиток каркаде                                                  | 200,00         | 0,50         | 0,10         | 14,80            | 61,00          | 3,27          |
| пром                                 | Хлеб пшеничный                                                   | 50,00          | 3,95         | 0,50         | 24,15            | 116,90         | 2,29          |
| пром                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 32,00          | 1,79         | 0,35         | 15,81            | 73,57          | 1,68          |
|                                      | <b>Итого за прием</b>                                            | <b>452,00</b>  | <b>20,79</b> | <b>17,02</b> | <b>59,06</b>     | <b>471,37</b>  | <b>60,16</b>  |
| <b>Комплекс 2 (обед 7-11 лет)</b>    |                                                                  |                |              |              |                  |                |               |
| 1.2                                  | Доп гарнир: огурец соленый с<br>зеленью и маслом<br>растительным | 40,00          | 0,40         | 4,00         | 1,84             | 44,96          | 19,41         |
| 44379                                | Щи с капустой и картофелем<br>со сметаной, мясом и зеленью       | 200/10/5       | 1,65         | 3,22         | 6,31             | 62,35          | 17,04         |
| 39.3                                 | Каша гречневая рассыпчатая                                       | 150,00         | 6,63         | 4,44         | 28,80            | 181,50         | 8,52          |
| 44236                                | Мясо кур отварное в соусе                                        | 100,00         | 11,60        | 12,11        | 11,19            | 200,16         | 44,42         |
| 37.2                                 | Напиток "Золотой шар"                                            | 200,00         | 0,00         | 0,00         | 12,00            | 48,00          | 11,52         |
| пром                                 | Хлеб пшеничный                                                   | 50,00          | 3,95         | 0,50         | 24,15            | 116,90         | 2,29          |
| пром                                 | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 39,00          | 2,18         | 0,43         | 19,27            | 89,66          | 2,08          |
|                                      | <b>Итого за прием</b>                                            | <b>579,00</b>  | <b>26,41</b> | <b>24,70</b> | <b>103,55</b>    | <b>743,53</b>  | <b>105,28</b> |
|                                      | <b>Итого комплекс 1,2</b>                                        | <b>1031,00</b> | <b>47,21</b> | <b>41,72</b> | <b>162,61</b>    | <b>1214,89</b> | <b>165,44</b> |

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАОУ "СОШ № 19"

В.А.Дергунова

"22" февраля 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:

Председатель Правления

ПК "СЫСЕРТСКОЕ РАЙПО"

Шалапугина Н.В.

"22" февраля 2023г.

**МЕНЮ ПК "СЫСЕРТСКОЕ РАЙПО" ДЛЯ ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ №19  
Д.НОВОИПАТОВО ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 12-18 ЛЕТ.**

**МЕНЮ 3 день**

| №     | Наименование блюда                                           | Выход, г       | Белки,       | Жир          | Углев         | ЭЦ,            | ЦЕНА          |
|-------|--------------------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
|       |                                                              |                | г            | ы, г         | о-ды, г       | ккал           |               |
|       | <b>Комплекс 1 (завтрак 12-18лет)</b>                         |                |              |              |               |                |               |
| 44233 | Омлет натуральный                                            | 180,00         | 17,55        | 19,08        | 3,06          | 253,80         | 49,20         |
| 445   | Доп гарнир:Зеленый горошек                                   | 30,00          | 0,90         | 1,23         | 1,92          | 22,50          | 14,66         |
| тк    | Напиток каркаде                                              | 200,00         | 0,50         | 0,10         | 14,80         | 61,00          | 3,27          |
| пром  | Хлеб пшеничный                                               | 50,00          | 3,95         | 0,50         | 24,15         | 116,90         | 2,29          |
| пром  | Хлеб ржано-пшеничный                                         | 32,00          | 1,79         | 0,35         | 15,81         | 73,57          | 1,70          |
|       | <b>Итого за прием</b>                                        | <b>492,00</b>  | <b>24,69</b> | <b>21,26</b> | <b>59,74</b>  | <b>527,77</b>  | <b>71,12</b>  |
|       | <b>Комплекс 2 (обед 12-18 лет)</b>                           |                |              |              |               |                |               |
| 1.2   | Доп гарнир:огурец соленый с<br>зеленью и маслом растительным | 50,00          | 0,50         | 5,00         | 2,30          | 56,20          | 24,27         |
| 44379 | Щи с капустой и картофелем со<br>сметаной и зеленью и мясом  | 250/20/5       | 2,06         | 4,02         | 7,88          | 77,94          | 29,51         |
| 39.3  | Каша гречневая рассыпчатая                                   | 180,00         | 7,96         | 5,33         | 34,56         | 217,80         | 10,22         |
| 44236 | Мясо кур отварное в соусе                                    | 100,00         | 11,60        | 12,11        | 11,19         | 200,16         | 44,42         |
| 37.2  | Напиток "Золотой шар"                                        | 200,00         | 0,00         | 0,00         | 12,00         | 48,00          | 11,52         |
| пром  | Хлеб пшеничный                                               | 50,00          | 3,95         | 0,50         | 24,15         | 116,90         | 2,29          |
| пром  | Хлеб ржано-пшеничный                                         | 42,00          | 2,35         | 0,46         | 20,75         | 96,56          | 2,23          |
|       | <b>Итого за прием</b>                                        | <b>622,00</b>  | <b>28,42</b> | <b>27,42</b> | <b>112,83</b> | <b>813,55</b>  | <b>124,46</b> |
|       | <b>Комплекс 2 (обед 12-18 лет)</b>                           | <b>1114,00</b> | <b>53,11</b> | <b>48,68</b> | <b>172,56</b> | <b>1341,32</b> | <b>195,58</b> |