

"Согласовано" «Средняя

Директор МОУ СШ № 78 *Д.А. Милишников*

ООО "Агрофирма-Ярославль"

## Меню 7-11

10 января 2023г.

| 10 января 2023г.                                    |              |                  |         |             |                                  |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                                             |              |                  |         |             |                                  |
| Шницель рыбный рубленый                             | 90           | 12,1             | 4,9     | 12,7        | 143                              |
| Картофельное пюре                                   | 150          | 3,0              | 3,7     | 22,0        | 133                              |
| Огурец соленый                                      | 30           | 0,2              | 0,0     | 0,3         | 3                                |
| Батон йодированный                                  | 35           | 2,6              | 1,0     | 18,0        | 92                               |
| Чай с сахаром 200/15                                | 215          | 0,0              | 0,0     | 15,0        | 60                               |
| Оладьи 1шт                                          | 35           | 1,3              | 2,2     | 14,8        | 84                               |
| Итого за Завтрак                                    | 555          | 19,2             | 11,8    | 82,8        | 515                              |
| Цена комплекса 75-00 руб.                           |              |                  |         |             |                                  |
| Обед                                                |              |                  |         |             |                                  |
| Щи из св.капусты с<br>картофелем,говядиной,сметаной | 220          | 4,4              | 4,7     | 9,0         | 96                               |
| Гуляш из свинины 45/45                              | 90           | 8,6              | 16,2    | 2,6         | 191                              |
| Макароны отварные                                   | 150          | 6,6              | 3,4     | 46,6        | 243                              |
| Напиток из смеси сухофруктов                        | 200          | 0,5              | 0,2     | 32,0        | 131                              |
| Хлеб ржаной                                         | 43           | 2,8              | 0,5     | 14,4        | 75                               |
| Булочка сахарная                                    | 50           | 4,8              | 3,8     | 34,0        | 190                              |
| Итого за Обед                                       | 753          | 28               | 29      | 139         | 926                              |
| Цена комплекса 75-00 руб.                           |              |                  |         |             |                                  |
| Полдник                                             |              |                  |         |             |                                  |
| Сок в индивидуальной упаковке                       | 200          |                  |         | 22,4        | 90                               |
| Яблоко 1шт                                          | 130          | 0,5              | 0,5     | 12,7        | 61                               |
| Пирожок с яйцом и сыром                             | 78           | 9,0              | 17,0    | 22,0        | 277                              |
| Кондитерское изделие в инд.упак.                    | 15           | 1,0              | 5,0     | 8,0         | 83                               |
| Итого за Полдник                                    | 423          | 10,5             | 22,5    | 65,1        | 511                              |
| Цена комплекса 75-00 руб.                           |              |                  |         |             |                                  |

Директор

*Д.А. Милишников*

Милишников Д.А.

Бухгалтер

*Н.Б. Бобылева*

Бобылева Н.Б.

Зав.производством



"Согласовано"

Директор МОУ СП



ООО "Агрофирма-Ярославль"

## Меню 12-18

10 января 2023г.

| 10 января 2023г.                                              |              |      |                  |         |             |                                  |
|---------------------------------------------------------------|--------------|------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                | Масса порции |      | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|                                                               |              |      | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                                                       |              |      |                  |         |             |                                  |
| Шницель рыбный рубленый                                       | 90           | 12.1 | 4.9              | 12.7    | 143         |                                  |
| Картофельное пюре                                             | 150          | 3.0  | 3.7              | 22.0    | 133         |                                  |
| Огурец соленый                                                | 30           | 0.2  | 0.0              | 0.3     | 3           |                                  |
| Батон йодированный                                            | 35           | 2.6  | 1.0              | 18.0    | 92          |                                  |
| Чай с сахаром 200/15                                          | 215          | 0.0  | 0.0              | 15.0    | 60          |                                  |
| Оладьи 1шт                                                    | 35           | 1.3  | 2.2              | 14.8    | 84          |                                  |
| Итого за Завтрак                                              | 555          | 21.0 | 16.0             | 64.0    | 515         |                                  |
| Цена комплекса 75-00 руб.                                     |              |      |                  |         |             |                                  |
| Обед                                                          |              |      |                  |         |             |                                  |
| Щи из св.капусты с<br>картофелем,говядиной,сметаной 250/10/10 | 270          | 4.8  | 4.7              | 11.2    | 107         |                                  |
| Гуляш из свинины 50/50                                        | 100          | 9.5  | 17.4             | 2.7     | 206         |                                  |
| Макароны отварные                                             | 180          | 7.9  | 4.0              | 55.8    | 291         |                                  |
| Напиток из смеси сухофруктов                                  | 200          | 0.5  | 0.2              | 32.0    | 131         |                                  |
| Хлеб ржаной                                                   | 31           | 2.0  | 0.4              | 10.4    | 54          |                                  |
| Батон йодированный                                            | 27           | 2.0  | 0.8              | 13.9    | 71          |                                  |
| Итого за Обед                                                 | 808          | 26.7 | 27.5             | 126.0   | 860         |                                  |
| Цена комплекса 75-00 руб.                                     |              |      |                  |         |             |                                  |
| Полдник                                                       |              |      |                  |         |             |                                  |
| Сок в индивидуальной упаковке                                 | 200          |      |                  | 22.4    | 90          |                                  |
| Яблоко 1шт                                                    | 130          | 0.5  | 0.5              | 12.7    | 61          |                                  |
| Пирожок с яйцом и сыром                                       | 78           | 9.0  | 17.0             | 22.0    | 277         |                                  |
| Кондитерское изделие в инд.упак.                              | 15           | 1.0  | 5.0              | 8.0     | 83          |                                  |
| Итого за Полдник                                              | 423          | 10.5 | 22.5             | 65.1    | 511         |                                  |
| Цена комплекса 75-00 руб.                                     |              |      |                  |         |             |                                  |

Директор Милишиников Д.А.

Бухгалтер Бобылева Н.Б.

Зав.производством \_\_\_\_\_