МБОУ СОШ № 3 С. ОГОНЬКИ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ.

Утверждаю
Директор
Калинина Вероника Николаевна

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 6,07,23

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ		220	22,9	17,4	46,7	439,3
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	104,5	104,5	18,2	9,1	3	171,3
КРУПА МАННАЯ	11	11	1,1	0,1	7,6	35,1
САХАР ПЕСОК	11	11	0	0	10,7	42,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт.	5,4	0,7	0,6	0	8,2
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,8	13,8	0,3	0,1	8,8	37,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,5	5,5	0	4,4	0	39,9
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,5	5,5	0,7	0	3,3	15,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5,5	5,5	0,1	1,1	0,2	11,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	24,4	24,4	1,7	2	13,1	77,6
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		20	0,1	16,5	0,2	149,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	20	20	0,1	16,5	0,2	149,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,6	59,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	25	25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,8	3,0	24,4	141,0
КАКАО-ПОРОШОК	4	4	1	0,6	0,4	11,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	20	20	0	0	19,4	77,4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			36,0	**42,4**	**109,5**	**971,9**
Обед						
РЕДИС С МАСЛОМ		100	1,0	10,1	2,8	106,1
РЕДИС	87	81	1	0,1	2,8	16,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	10	10	0	10	0	89,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		200	2,4	2,5	15,1	92,1
КАРТОФЕЛЬ	85,7	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	8,1	8	1	0,3	4,5	23,9
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		200	3,9	6,4	31,7	200,2
КАРТОФЕЛЬ	250	200	3,9	0,8	31,6	149,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		100	8,7	7,0	11,3	143,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	32,5	27,3	0,4	0,1	2,1	10,9
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	46,6	41,3	6,4	0,4	0	28,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11,3	11,3	0,7	0,1	4,7	22,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,3	16,3	0,5	0,4	0,8	8,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6,3	6,3	0,8	0	3,8	18,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,3	6,3	0	6,1	0	54,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0	0	0	0,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,9	4,9	3,6	61,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОРКОВЬ	4	3	0	0	0,2	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		35	2,3	0,3	14,8	71,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	19,6	83,4
ПРЯНИКИ		100	5,9	4,7	75,0	366,0
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	100	100	5,9	4,7	75	366,0
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ		200	6,0	0,2	8,0	62,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	207	200	5,8	5	8	106,0
			34,8	**36,5**	**199,5**	**1 268,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**70,8**	**78,9**	**309,0**	**2 240,8**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	01908447002EB0AAB04FE46870721E7897
Владелец:	Калинина, Вероника Николаевна, ДИРЕКТОР, МБОУ СОШ № 3 С. ОГОНЬКИ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ, МБОУ СОШ № 3 С. ОГОНЬКИ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ, УЛ. ШКОЛЬНАЯ, Д.18, С ОГОНЬКИ, 65 Сахалинская область, RU, ogonkiselo@mail.ru, 651000980046, 1026500551164, 06261574455, 6510005455
Издатель:	Федеральная налоговая служба, Федеральная налоговая служба, ул. Неглинная, д. 23, г. Москва, 77 Москва, RU, 1047707030513, uc@tax.gov.ru, 7707329152
Срок действия:	Действителен с: 27.06.2023 15:10:23 UTC+11 Действителен до: 27.09.2024 15:20:23 UTC+11

Дата и время создания ЭП:	03.07.2023 13:47:34 UTC+11