МБОУ СОШ № 3 С. ОГОНЬКИ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ.

Утверждаю
Директор
Калинина Вероника Николаевна

МЕНЮ

7-11 лет

ДЕНЬ 28,06,23

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		150	18,5	13,7	29,5	320,0
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	86,3	86,3	15	7,6	2,5	141,4
КРУПА МАННАЯ	5,6	5,6	0,6	0,1	3,9	17,8
САХАР ПЕСОК	7,5	7,5	0	0	7,3	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,9	0,5	0,4	0	5,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,8	3,8	0,5	0	2,2	11,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,8	3,8	0,1	0,6	0,1	7,6
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	25	25	1,7	2	13,5	79,5
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		40	9,3	11,8		145,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	41,3	40	9,3	11,8	0	145,6
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		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
ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		200/50/15	3,6	4,1	41,6	218,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	50	50	3,5	4,2	27	159,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	0	0	0	0,0
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		150	0,6	0,6	14,7	70,5
ЯБЛОКИ	170,4	150	0,6	0,6	14,7	70,5
			37,1	**47,2**	**118,4**	**1 058,3**
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		100	1,4	6,1	8,3	93,5
СВЕКЛА	129,33	97	1,5	0,1	8,2	39,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	6	0	6	0	53,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		250/0/10	4,8	8,3	18,6	173,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ	18	10,08	1,8	1,6	0	21,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,2	0	1	4,9

КАРТОФЕЛЬ	107,14	75	1,5	0,3	11,8	56,1
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,5	0,1	3,2	15,3
МОРКОВЬ	13,33	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,1	0	0,4	2,0
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	5	5	0	4,9	0	43,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	8	8	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		300	28,5	31,8	30,4	522,4
ГОВЯДИНА Б/К	160,5	135,5	24,4	21	0	286,5
КАРТОФЕЛЬ	214,4	171,5	3,3	0,7	27,2	128,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,4	17,1	0,2	0	1,4	6,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	10,4	10,4	0,5	0	1,9	10,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5,1	5,1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	10,4	10,4	0	10,1	0	90,7
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
КИСЕЛЬ		200	0,1	0,1	27,9	113,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ	24	24	0	0	18,5	74,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
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
			51,7	**51,7**	**200,6**	**1 484,8**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			**88,8**	**98,9**	**319,0**	**2 543,1**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	5F6C8A0168AED98044C387B8D300F7F1
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, УЦ ЮЛ, ул. Неглинная, д. 23, г. Москва, 77 Москва, RU, 007707329152, 1047707030513, uc@nalog.ru
Срок действия:	Действителен с: 31.03.2022 10:46:03 UTC+11 Действителен до: 30.06.2023 10:56:03 UTC+11
Дата и время создания ЭП:	27.06.2023 09:43:40 UTC+11