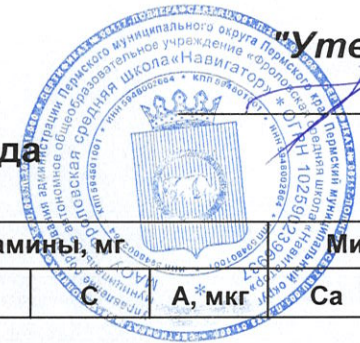


ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 18.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|--------------------------------------|--------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Мg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 226/2018 | КАША "ДРУЖБА" | 250 | 6,50 | 9,03 | 35,46 | 249,10 | 0,13 | 0,21 | 1,66 | 50,7 | 164,72 | 177,97 | 38,99 | 0,76 |
| 72/2018 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 45 | 1,61 | 9,93 | 23,32 | 189,03 | 0,03 | 0,02 | 0,10 | 20,0 | 7,80 | 16,30 | 4,00 | 0,51 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 24,00 | 16,50 | 13,50 | 3,30 |
| Итого по подменю: 105,00 | | | 11,75 | 19,88 | 103,14 | 638,41 | 0,25 | 0,27 | 16,76 | 70,7 | 204,83 | 236,78 | 62,09 | 5,04 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 148/2018 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 144/2012 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 5,74 | 4,82 | 21,89 | 153,84 | 0,25 | 0,09 | 17,75 | 20,0 | 42,38 | 117,23 | 43,10 | 2,13 |
| 349/2018 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 16,16 | 14,62 | 13,90 | 251,79 | 0,09 | 0,17 | 3,53 | 40,4 | 61,06 | 186,48 | 26,06 | 2,33 |
| 258/2018 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 180 | 6,43 | 5,14 | 38,17 | 224,65 | 0,12 | 0,06 | 9,31 | 21,6 | 30,22 | 73,43 | 22,45 | 1,35 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 | 0,02 | 0,02 | 4,00 | | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Итого по подменю: 115,00 | | | 35,92 | 25,75 | 127,41 | 888,05 | 0,58 | 0,38 | 39,59 | 82,0 | 187,01 | 482,34 | 129,06 | 10,94 |
| Итого за день: | | | 47,67 | 45,63 | 230,55 | 1526,46 | 0,83 | 0,65 | 56,35 | 152,7 | 391,84 | 719,12 | 191,15 | 15,98 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 18.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот7-10лет



| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|--------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Ca | P | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 226/2018 | КАША "ДРУЖБА" | 200 | 5,20 | 7,19 | 28,27 | 198,55 | 0,10 | 0,17 | 1,33 | 40,4 | 131,60 | 142,18 | 31,13 | 0,60 |
| 86/2018 | ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ | 20 | 0,08 | | 13,00 | 52,32 | | | 0,10 | | 2,80 | 1,80 | 1,40 | 0,26 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 111/2018 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 11,60 | 20,56 | 198,64 | 0,04 | 0,01 | | | 7,60 | 26,00 | 5,20 | 0,48 |
| | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 24,00 | 16,50 | 13,50 | 3,30 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 8,88 | 19,39 | 86,51 | 556,03 | 0,19 | 0,21 | 16,43 | 40,4 | 166,31 | 186,49 | 51,23 | 4,67 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|--------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 148/2018 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 8,40 | 0,01 | 0,01 | 3,00 | | 13,80 | 14,40 | 8,40 | 0,36 |
| 144/2012 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 4,59 | 3,85 | 17,51 | 123,07 | 0,20 | 0,07 | 14,20 | 16,0 | 33,90 | 93,78 | 34,48 | 1,70 |
| 349/2018 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 90/30 | 15,00 | 13,69 | 13,07 | 235,50 | 0,09 | 0,16 | 3,29 | 38,4 | 59,13 | 174,45 | 24,41 | 2,16 |
| 258/2018 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 150 | 5,36 | 4,28 | 31,83 | 187,31 | 0,10 | 0,05 | 7,74 | 18,0 | 25,06 | 61,21 | 18,71 | 1,12 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 | 0,02 | 0,02 | 4,00 | | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 30,29 | 22,66 | 104,66 | 745,66 | 0,47 | 0,33 | 32,23 | 72,4 | 156,79 | 402,64 | 104,30 | 9,29 |
| Итого за день: | | | 39,17 | 42,05 | 191,17 | 1301,69 | 0,66 | 0,54 | 48,66 | 112,8 | 323,10 | 589,13 | 155,53 | 13,96 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./



Чернякевич Е.З./

Меню на 18.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|--------------------------------------|--------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 226/2018 | КАША "ДРУЖБА" | 250 | 6,50 | 9,03 | 35,46 | 249,10 | 0,13 | 0,21 | 1,66 | 50,7 | 164,72 | 177,97 | 38,99 | 0,76 |
| 72/2018 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 45 | 1,61 | 9,93 | 23,32 | 189,03 | 0,03 | 0,02 | 0,10 | 20,0 | 7,80 | 16,30 | 4,00 | 0,51 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 24,00 | 16,50 | 13,50 | 3,30 |
| Итого по подмену: 107,93 | | | 11,75 | 19,88 | 103,14 | 638,41 | 0,25 | 0,27 | 16,76 | 70,7 | 204,83 | 236,78 | 62,09 | 5,04 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 148/2018 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 144/2012 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 5,74 | 4,82 | 21,89 | 153,84 | 0,25 | 0,09 | 17,75 | 20,0 | 42,38 | 117,23 | 43,10 | 2,13 |
| 349/2018 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 16,16 | 14,62 | 13,90 | 251,79 | 0,09 | 0,17 | 3,53 | 40,4 | 61,06 | 186,48 | 26,06 | 2,33 |
| 258/2018 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 180 | 6,43 | 5,14 | 38,17 | 224,65 | 0,12 | 0,06 | 9,31 | 21,6 | 30,22 | 73,43 | 22,45 | 1,35 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 | 0,02 | 0,02 | 4,00 | | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Итого по подмену: 107,93 | | | 35,92 | 25,75 | 127,41 | 888,05 | 0,58 | 0,38 | 39,59 | 82,0 | 187,01 | 482,34 | 129,06 | 10,94 |
| Итого за день: | | | 47,67 | 45,63 | 230,55 | 1526,46 | 0,83 | 0,65 | 56,35 | 152,7 | 391,84 | 719,12 | 191,15 | 15,98 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 18.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|--------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 226/2018 | КАША "ДРУЖБА" | 200 | 5,20 | 7,19 | 28,27 | 198,55 | 0,10 | 0,17 | 1,33 | 40,4 | 131,60 | 142,18 | 31,13 | 0,60 |
| 86/2018 | ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ | 20 | 0,08 | | 13,00 | 52,32 | | | 0,10 | | 2,80 | 1,80 | 1,40 | 0,26 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 111/2018 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 11,60 | 20,56 | 198,64 | 0,04 | 0,01 | | | 7,60 | 26,00 | 5,20 | 0,48 |
| | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 24,00 | 16,50 | 13,50 | 3,30 |
| Итого по подменю: 46,59 руб. | | | 8,88 | 19,39 | 86,51 | 556,03 | 0,19 | 0,21 | 16,43 | 40,4 | 166,31 | 186,49 | 51,23 | 4,67 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|--------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 148/2018 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 8,40 | 0,01 | 0,01 | 3,00 | | 13,80 | 14,40 | 8,40 | 0,36 |
| 144/2012 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 4,59 | 3,85 | 17,51 | 123,07 | 0,20 | 0,07 | 14,20 | 16,0 | 33,90 | 93,78 | 34,48 | 1,70 |
| 349/2018 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 90/30 | 15,00 | 13,69 | 13,07 | 235,50 | 0,09 | 0,16 | 3,29 | 38,4 | 59,13 | 174,45 | 24,41 | 2,16 |
| 258/2018 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 150 | 5,36 | 4,28 | 31,83 | 187,31 | 0,10 | 0,05 | 7,74 | 18,0 | 25,06 | 61,21 | 18,71 | 1,12 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 | 0,02 | 0,02 | 4,00 | | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 30,29 | 22,66 | 104,66 | 745,66 | 0,47 | 0,33 | 32,23 | 72,4 | 156,79 | 402,64 | 104,30 | 9,29 |

Итого за день: 39,17 42,05 191,17 1301,69 0,66 0,54 48,66 112,8 323,10 589,13 155,53 13,96

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

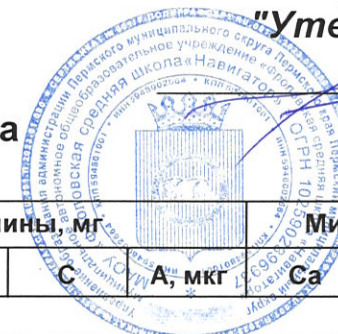
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"


/Чернякевич Е.З./

Меню на 18.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|--------------------------------------|--------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 226/2018 | КАША "ДРУЖБА" | 250 | 6,50 | 9,03 | 35,46 | 249,10 | 0,13 | 0,21 | 1,66 | 50,7 | 164,72 | 177,97 | 38,99 | 0,76 |
| 72/2018 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 45 | 1,61 | 9,93 | 23,32 | 189,03 | 0,03 | 0,02 | 0,10 | 20,0 | 7,80 | 16,30 | 4,00 | 0,51 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 24,00 | 16,50 | 13,50 | 3,30 |
| Итого по подменю: 56,95 руб. | | | 11,75 | 19,88 | 103,14 | 638,41 | 0,25 | 0,27 | 16,76 | 70,7 | 204,83 | 236,78 | 62,09 | 5,04 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 148/2018 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 144/2012 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 5,74 | 4,82 | 21,89 | 153,84 | 0,25 | 0,09 | 17,75 | 20,0 | 42,38 | 117,23 | 43,10 | 2,13 |
| 349/2018 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 16,16 | 14,62 | 13,90 | 251,79 | 0,09 | 0,17 | 3,53 | 40,4 | 61,06 | 186,48 | 26,06 | 2,33 |
| 258/2018 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 180 | 6,43 | 5,14 | 38,17 | 224,65 | 0,12 | 0,06 | 9,31 | 21,6 | 30,22 | 73,43 | 22,45 | 1,35 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 | 0,02 | 0,02 | 4,00 | | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 35,92 | 25,75 | 127,41 | 888,05 | 0,58 | 0,38 | 39,59 | 82,0 | 187,01 | 482,34 | 129,06 | 10,94 |
| Итого за день: | | | 47,67 | 45,63 | 230,55 | 1526,46 | 0,83 | 0,65 | 56,35 | 152,7 | 391,84 | 719,12 | 191,15 | 15,98 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 18.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОБЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---|-------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 148/2018 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 8,40 | 0,01 | 0,01 | 3,00 | | 13,80 | 14,40 | 8,40 | 0,36 |
| 144/2012 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 4,59 | 3,85 | 17,51 | 123,07 | 0,20 | 0,07 | 14,20 | 16,0 | 33,90 | 93,78 | 34,48 | 1,70 |
| 349/2018 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 90/30 | 15,00 | 13,69 | 13,07 | 235,50 | 0,09 | 0,16 | 3,29 | 38,4 | 59,13 | 174,45 | 24,41 | 2,16 |
| 258/2018 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 150 | 5,36 | 4,28 | 31,83 | 187,31 | 0,10 | 0,05 | 7,74 | 18,0 | 25,06 | 61,21 | 18,71 | 1,12 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 | 0,02 | 0,02 | 4,00 | | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 30,29 | 22,66 | 104,66 | 745,66 | 0,47 | 0,33 | 32,23 | 72,4 | 156,79 | 402,64 | 104,30 | 9,29 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 | | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 484/2018 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО | 250 | 0,01 | 0,01 | 3,55 | 14,41 | | | 0,23 | | 0,90 | 0,45 | 0,30 | 0,05 |
| Итого по подменю: 24,58 руб. | | | 3,76 | 4,91 | 40,75 | 222,31 | 0,04 | 0,03 | 0,23 | 5,0 | 15,40 | 45,45 | 10,30 | 1,10 |
| Итого за день: | | | 34,05 | 27,57 | 145,41 | 967,97 | 0,51 | 0,36 | 32,46 | 77,4 | 172,19 | 448,09 | 114,60 | 10,39 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

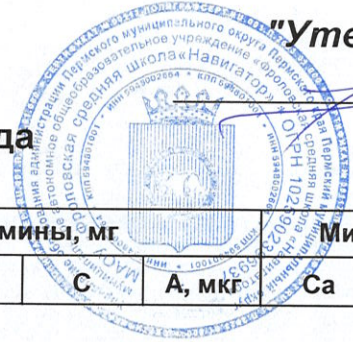
Меню на 18.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---|--------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|--------|-------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 148/2018 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 14,00 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 144/2012 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 5,74 | 4,82 | 21,89 | 153,84 | 0,25 | 0,09 | 17,75 | 20,0 | 42,38 | 117,23 | 43,10 | 2,13 |
| 349/2018 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 100/30 | 16,16 | 14,62 | 13,90 | 251,79 | 0,09 | 0,17 | 3,53 | 40,4 | 61,06 | 186,48 | 26,06 | 2,33 |
| 258/2018 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 180 | 6,43 | 5,14 | 38,17 | 224,65 | 0,12 | 0,06 | 9,31 | 21,6 | 30,22 | 73,43 | 22,45 | 1,35 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,60 | 0,02 | 0,02 | 4,00 | | 14,00 | 14,00 | 8,00 | 2,80 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 35,92 | 25,75 | 127,41 | 888,05 | 0,58 | 0,38 | 39,59 | 82,0 | 187,01 | 482,34 | 129,06 | 10,94 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 | | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 484/2018 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО | 250 | 0,01 | 0,01 | 3,55 | 14,41 | | | 0,23 | | 0,90 | 0,45 | 0,30 | 0,05 |
| Итого по подменю: 28,41 руб. | | | 3,76 | 4,91 | 40,75 | 222,31 | 0,04 | 0,03 | 0,23 | 5,0 | 15,40 | 45,45 | 10,30 | 1,10 |
| Итого за день: | | | 39,68 | 30,66 | 168,16 | 1110,36 | 0,62 | 0,41 | 39,82 | 87,0 | 202,41 | 527,79 | 139,36 | 12,04 |

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.11.2024 года

MAOU "Фроловская средняя школа"Навигатор"11-18 лет

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|----------------|----------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Ca | P | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОР) | 100 | 3,13 | 4,33 | 6,54 | 77,59 | 0,11 | 0,06 | 10,00 | 20,0 | 21,20 | 63,50 | 21,00 | 0,71 |
| 268/2018 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 17,82 | 24,11 | 4,55 | 306,45 | 0,12 | 0,66 | 1,00 | 347,5 | 167,34 | 308,65 | 25,89 | 3,21 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 462/2018 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,38 | 2,86 | 14,95 | 99,09 | 0,04 | 0,16 | 1,30 | 20,0 | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |

Итого по подменю: 105,00

30,37 35,54 75,48 743,21 0,34 0,91 12,30 391,5 331,51 539,87 84,69 5,86

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 26/2018 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 100 | 1,50 | 60,04 | 8,45 | 580,12 | 0,02 | 0,04 | 9,60 | | 36,26 | 42,63 | 21,16 | 1,35 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19 | 6,97 | 10,44 | 113,23 | 0,08 | 0,06 | 20,03 | 15,0 | 33,90 | 57,60 | 23,00 | 0,76 |
| 310/2018 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 15,65 | 4,35 | 7,94 | 133,48 | 0,11 | 0,13 | 7,01 | 21,8 | 62,67 | 234,46 | 53,87 | 1,03 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,83 | 8,05 | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 250 | 0,08 | 0,01 | 12,74 | 51,35 | | | 3,52 | | 3,90 | 1,95 | 1,06 | 0,09 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 115,00

31,32 80,53 111,95 1297,69 0,52 0,42 70,85 75,0 210,46 538,46 157,52 6,71

Итого за день:

61,69 116,07 187,43 2040,90 0,86 1,33 83,15 466,6 541,97 1078,33 242,21 12,57

Директор /Банникова Т.Н./

Зав. производством /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот7-10лет

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|------------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60 | 1,88 | 2,60 | 3,93 | 46,59 | 0,07 | 0,03 | 6,01 | 12,0 | 12,74 | 38,16 | 12,62 | 0,43 |
| 268/2018 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 160 | 14,26 | 19,31 | 3,64 | 245,33 | 0,09 | 0,53 | 0,80 | 278,1 | 133,57 | 246,89 | 20,69 | 2,57 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 462/2018 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,38 | 2,86 | 14,95 | 99,09 | 0,04 | 0,16 | 1,30 | 20,0 | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подмену: 96,26 руб. | | | 25,56 | 29,01 | 71,96 | 651,09 | 0,27 | 0,75 | 8,11 | 314,1 | 289,28 | 452,77 | 71,11 | 4,94 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 26/2018 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,87 | 3,65 | 5,07 | 56,63 | 0,01 | 0,02 | 5,76 | | 21,68 | 24,92 | 12,69 | 0,81 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,67 | 5,12 | 8,25 | 85,79 | 0,06 | 0,04 | 16,02 | 7,5 | 24,54 | 44,28 | 18,16 | 0,60 |
| 310/2018 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 90 | 14,07 | 3,88 | 7,14 | 119,77 | 0,10 | 0,12 | 6,34 | 19,6 | 56,36 | 210,79 | 48,45 | 0,93 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,19 | 6,68 | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90 | 32,31 | 1,19 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подмену: 96,26 руб. | | | 26,76 | 20,24 | 93,08 | 661,57 | 0,43 | 0,34 | 56,49 | 58,8 | 167,33 | 448,24 | 128,35 | 5,19 |
| Итого за день: | | | 52,32 | 49,25 | 165,04 | 1312,66 | 0,70 | 1,09 | 64,60 | 372,9 | 456,61 | 901,01 | 199,46 | 10,13 |

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

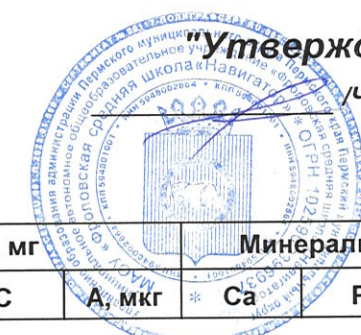
/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 19.11.2024 года



MAOU "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л


| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|----------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | * Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОР) | 100 | 3,13 | 4,33 | 6,54 | 77,59 | 0,11 | 0,06 | 10,00 | 20,0 | 21,20 | 63,50 | 21,00 | 0,71 |
| 268/2018 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 17,82 | 24,11 | 4,55 | 306,45 | 0,12 | 0,66 | 1,00 | 347,5 | 167,34 | 308,65 | 25,89 | 3,21 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 462/2018 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,38 | 2,86 | 14,95 | 99,09 | 0,04 | 0,16 | 1,30 | 20,0 | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 30,37 | 35,54 | 75,48 | 743,21 | 0,34 | 0,91 | 12,30 | 391,5 | 331,51 | 539,87 | 84,69 | 5,86 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 26/2018 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 100 | 1,50 | 60,04 | 8,45 | 580,12 | 0,02 | 0,04 | 9,60 | | 36,26 | 42,63 | 21,16 | 1,35 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19 | 6,97 | 10,44 | 113,23 | 0,08 | 0,06 | 20,03 | 15,0 | 33,90 | 57,60 | 23,00 | 0,76 |
| 310/2018 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 15,65 | 4,35 | 7,94 | 133,48 | 0,11 | 0,13 | 7,01 | 21,8 | 62,67 | 234,46 | 53,87 | 1,03 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,83 | 8,05 | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 250 | 0,08 | 0,01 | 12,74 | 51,35 | | | 3,52 | | 3,90 | 1,95 | 1,06 | 0,09 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 107,93 31,32 80,53 111,95 1297,69 0,52 0,42 70,85 75,0 210,46 538,46 157,52 6,71

Итого за день: 61,69 116,07 187,43 2040,90 0,86 1,33 83,15 466,6 541,97 1078,33 242,21 12,57

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.П./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10лет 1 смена



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------|--------------------------|---|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |

ЗАВТРАК

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60 | 1,88 | 2,60 | 3,93 | 46,59 | 0,07 | 0,03 | 6,01 | 12,0 | 12,74 | 38,16 | 12,62 | 0,43 |
| 268/2018 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 160 | 14,26 | 19,31 | 3,64 | 245,33 | 0,09 | 0,53 | 0,80 | 278,1 | 133,57 | 246,89 | 20,69 | 2,57 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 | |
| 462/2018 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,38 | 2,86 | 14,95 | 99,09 | 0,04 | 0,16 | 1,30 | 20,0 | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |

Итого по подменю: 46,59 руб.

25,56 29,01 71,96 651,09 0,27 0,75 8,11 314,1 289,28 452,77 71,11 4,94


ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 26/2018 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,87 | 3,65 | 5,07 | 56,63 | 0,01 | 0,02 | 5,76 | | 21,68 | 24,92 | 12,69 | 0,81 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,67 | 5,12 | 8,25 | 85,79 | 0,06 | 0,04 | 16,02 | 7,5 | 24,54 | 44,28 | 18,16 | 0,60 |
| 310/2018 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 90 | 14,07 | 3,88 | 7,14 | 119,77 | 0,10 | 0,12 | 6,34 | 19,6 | 56,36 | 210,79 | 48,45 | 0,93 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,19 | 6,68 | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90 | 32,31 | 1,19 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 96,26 руб.

26,76 20,24 93,08 661,57 0,43 0,34 56,49 58,8 167,33 448,24 128,35 5,19

Итого за день: 52,32 49,25 165,04 1312,66 0,70 1,09 64,60 372,9 456,61 901,01 199,46 10,13

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|----------------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 157/2018 | ОВОЩИ КОНСЕРВ.ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОР) | 100 | 3,13 | 4,33 | 6,54 | 77,59 | 0,11 | 0,06 | 10,00 | 20,0 | 21,20 | 63,50 | 21,00 | 0,71 |
| 268/2018 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 17,82 | 24,11 | 4,55 | 306,45 | 0,12 | 0,66 | 1,00 | 347,5 | 167,34 | 308,65 | 25,89 | 3,21 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 462/2018 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,38 | 2,86 | 14,95 | 99,09 | 0,04 | 0,16 | 1,30 | 20,0 | 123,37 | 105,72 | 24,20 | 0,66 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |

Итого по подменю: 56,95 руб.

30,37 35,54 75,48 743,21 0,34 0,91 12,30 391,5 331,51 539,87 84,69 5,86

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|--|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 26/2018 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 100 | 1,50 | 60,04 | 8,45 | 580,12 | 0,02 | 0,04 | 9,60 | | 36,26 | 42,63 | 21,16 | 1,35 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19 | 6,97 | 10,44 | 113,23 | 0,08 | 0,06 | 20,03 | 15,0 | 33,90 | 57,60 | 23,00 | 0,76 |
| 310/2018 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 15,65 | 4,35 | 7,94 | 133,48 | 0,11 | 0,13 | 7,01 | 21,8 | 62,67 | 234,46 | 53,87 | 1,03 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,83 | 8,05 | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 250 | 0,08 | 0,01 | 12,74 | 51,35 | | | 3,52 | | 3,90 | 1,95 | 1,06 | 0,09 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 107,93

31,32 80,53 111,95 1297,69 0,52 0,42 70,85 75,0 210,46 538,46 157,52 6,71

Итого за день:

61,69 116,07 187,43 2040,90 0,86 1,33 83,15 466,6 541,97 1078,33 242,21 12,57

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 19.11.2024 года

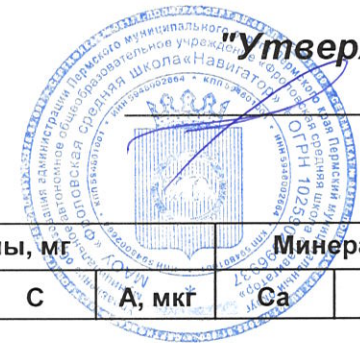
МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|--------|--------|--------------------------|--------|--------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Мg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 26/2018 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,87 | 3,65 | 5,07 | 56,63 | 0,01 | 0,02 | 5,76 | | 21,68 | 24,92 | 12,69 | 0,81 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,67 | 5,12 | 8,25 | 85,79 | 0,06 | 0,04 | 16,02 | 7,5 | 24,54 | 44,28 | 18,16 | 0,60 |
| 310/2018 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 90 | 14,07 | 3,88 | 7,14 | 119,77 | 0,10 | 0,12 | 6,34 | 19,6 | 56,36 | 210,79 | 48,45 | 0,93 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,19 | 6,68 | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90 | 32,31 | 1,19 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 26,76 | 20,24 | 93,08 | 661,57 | 0,43 | 0,34 | 56,49 | 58,8 | 167,33 | 448,24 | 128,35 | 5,19 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 531/2018 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 60 | 3,71 | 2,19 | 42,07 | 202,85 | 0,06 | 0,03 | 0,15 | 9,7 | 12,66 | 36,26 | 7,66 | 0,84 |
| 496/2018 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 250 | 0,85 | 0,35 | 24,55 | 104,75 | 0,02 | 0,08 | 250,00 | | 15,38 | 4,25 | 4,25 | 0,79 |
| Итого по подменю: 24,58 руб. | | | 4,56 | 2,54 | 66,62 | 307,60 | 0,08 | 0,11 | 250,15 | 9,7 | 28,04 | 40,51 | 11,91 | 1,63 |
| Итого за день: | | | 31,32 | 22,78 | 159,70 | 969,17 | 0,51 | 0,45 | 306,64 | 68,5 | 195,37 | 488,75 | 140,26 | 6,82 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 19.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|-------------------------------------|--------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|---------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 26/2018 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 100 | 1,50 | 60,04 | 8,45 | 580,12 | 0,02 | 0,04 | 9,60 | | 36,26 | 42,63 | 21,16 | 1,35 |
| 154/2013 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,19 | 6,97 | 10,44 | 113,23 | 0,08 | 0,06 | 20,03 | 15,0 | 33,90 | 57,60 | 23,00 | 0,76 |
| 310/2018 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 15,65 | 4,35 | 7,94 | 133,48 | 0,11 | 0,13 | 7,01 | 21,8 | 62,67 | 234,46 | 53,87 | 1,03 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,83 | 8,05 | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 250 | 0,08 | 0,01 | 12,74 | 51,35 | | | 3,52 | | 3,90 | 1,95 | 1,06 | 0,09 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 31,32 | 80,53 | 111,95 | 1297,69 | 0,52 | 0,42 | 70,85 | 75,0 | 210,46 | 538,46 | 157,52 | 6,71 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 531/2018 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 60 | 3,71 | 2,19 | 42,07 | 202,85 | 0,06 | 0,03 | 0,15 | 9,7 | 12,66 | 36,26 | 7,66 | 0,84 |
| 496/2018 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 250 | 0,85 | 0,35 | 24,55 | 104,75 | 0,02 | 0,08 | 250,00 | | 15,38 | 4,25 | 4,25 | 0,79 |
| Итого по подменю: 28,41 руб. | | | 4,56 | 2,54 | 66,62 | 307,60 | 0,08 | 0,11 | 250,15 | 9,7 | 28,04 | 40,51 | 11,91 | 1,63 |
| Итого за день: | | | 35,88 | 83,07 | 178,57 | 1605,29 | 0,60 | 0,53 | 321,00 | 84,7 | 238,50 | 578,97 | 169,43 | 8,34 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.11.2024 года



MAOU "Фроловская средняя школа"Навигатор"11-18 лет

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------|--------------------------|---|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Ca | P | Mg | Fe |

ЗАВТРАК

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|------|-------|--------|-------|------|
| 347/2018 | КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ" | 100 | 15,92 | 13,07 | 13,81 | 236,51 | 0,08 | 0,14 | 0,82 | 15,4 | 35,08 | 149,71 | 19,34 | 1,69 |
| 256/2018 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ* | 200 | 7,52 | 8,23 | 48,01 | 296,18 | 0,12 | 0,04 | | 35,6 | 27,20 | 64,31 | 11,61 | 1,20 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 105,00

28,06 21,79 101,53 714,41 0,27 0,20 3,62 51,0 77,39 254,57 40,19 3,62

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|--------|------|
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,15 | 10,08 | 9,07 | 131,58 | 0,05 | 0,06 | 4,40 | | 23,85 | 48,60 | 33,44 | 0,63 |
| 95/2018 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,07 | 6,67 | 12,81 | 119,50 | 0,06 | 0,07 | 19,99 | 15,0 | 49,43 | 57,15 | 25,38 | 1,18 |
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85 | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 6,84 | 7,72 | 30,89 | 220,42 | 0,23 | 0,12 | 3,89 | 28,8 | 43,44 | 169,38 | 109,85 | 3,88 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | | 0,01 | 0,40 | | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |

Итого по подменю: 115,00

32,20 42,88 116,47 980,51 0,53 0,45 30,53 71,6 211,36 527,96 213,70 10,26

Итого за день: 60,26 64,67 218,00 1694,92 0,80 0,65 34,15 122,6 288,75 782,53 253,89 13,88

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./



Меню на 20.11.2024 года

МАОУ"Фроловская средняя школа"Навигатор"дот7-10лет

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|-----------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 347/2018 | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" | 90 | 14,32 | 11,76 | 12,43 | 212,86 | 0,07 | 0,12 | 0,74 | 13,8 | 31,57 | 134,74 | 17,41 | 1,52 |
| 256/2018 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,64 | 6,19 | 36,01 | 222,32 | 0,09 | 0,03 | | 26,8 | 20,50 | 48,26 | 8,71 | 0,90 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 24,58 | 18,44 | 88,15 | 616,90 | 0,23 | 0,17 | 3,54 | 40,6 | 67,18 | 223,55 | 35,36 | 3,15 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|--|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С/С | 60 | 0,69 | 6,05 | 5,44 | 78,95 | 0,03 | 0,04 | 2,64 | | 14,31 | 29,16 | 20,06 | 0,38 |
| 95/2018 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СМЕТАНОЙ | 200/10 | 1,71 | 5,63 | 10,32 | 98,81 | 0,05 | 0,05 | 16,00 | 15,0 | 41,27 | 46,94 | 20,48 | 0,95 |
| 209/08 | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ | 90 | 14,11 | 17,65 | 9,83 | 254,63 | 0,09 | 0,15 | 1,64 | 53,8 | 41,82 | 140,33 | 18,28 | 1,09 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 5,70 | 6,44 | 25,74 | 183,69 | 0,19 | 0,10 | 3,24 | 24,0 | 36,20 | 141,15 | 91,54 | 3,23 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | | 0,01 | 0,40 | | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 26,51 | 36,37 | 94,14 | 809,92 | 0,41 | 0,37 | 23,92 | 92,8 | 167,00 | 417,78 | 166,66 | 8,03 |

Итого за день: 51,09 54,81 182,29 1426,82 0,64 0,54 27,46 133,5 234,18 641,33 202,02 11,18

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л



| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 347/2018 | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" | 100 | 15,92 | 13,07 | 13,81 | 236,51 | 0,08 | 0,14 | 0,82 | 15,4 | 35,08 | 149,71 | 19,34 | 1,69 |
| 256/2018 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ* | 200 | 7,52 | 8,23 | 48,01 | 296,18 | 0,12 | 0,04 | | 35,6 | 27,20 | 64,31 | 11,61 | 1,20 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 28,06 | 21,79 | 101,53 | 714,41 | 0,27 | 0,20 | 3,62 | 51,0 | 77,39 | 254,57 | 40,19 | 3,62 |

ОБЕД

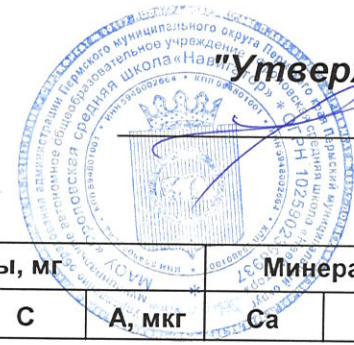
| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|-------|
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,15 | 10,08 | 9,07 | 131,58 | 0,05 | 0,06 | 4,40 | | 23,85 | 48,60 | 33,44 | 0,63 |
| 95/2018 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,07 | 6,67 | 12,81 | 119,50 | 0,06 | 0,07 | 19,99 | 15,0 | 49,43 | 57,15 | 25,38 | 1,18 |
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85 | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 6,84 | 7,72 | 30,89 | 220,42 | 0,23 | 0,12 | 3,89 | 28,8 | 43,44 | 169,38 | 109,85 | 3,88 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | | 0,01 | 0,40 | | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 32,20 | 42,88 | 116,47 | 980,51 | 0,53 | 0,45 | 30,53 | 71,6 | 211,36 | 527,96 | 213,70 | 10,26 |

Итого за день: 60,26 64,67 218,00 1694,92 0,80 0,65 34,15 122,6 288,75 782,53 253,89 13,88

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ7-10лет 1 смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|-----------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 347/2018 | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" | 90 | 14,32 | 11,76 | 12,43 | 212,86 | 0,07 | 0,12 | 0,74 | 13,8 | 31,57 | 134,74 | 17,41 | 1,52 |
| 256/2018 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,64 | 6,19 | 36,01 | 222,32 | 0,09 | 0,03 | | 26,8 | 20,50 | 48,26 | 8,71 | 0,90 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 46,59 руб. | | | 24,58 | 18,44 | 88,15 | 616,90 | 0,23 | 0,17 | 3,54 | 40,6 | 67,18 | 223,55 | 35,36 | 3,15 |

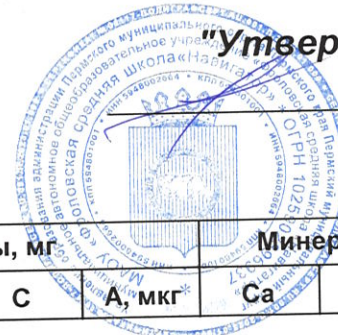
ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|--|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С/С | 60 | 0,69 | 6,05 | 5,44 | 78,95 | 0,03 | 0,04 | 2,64 | | 14,31 | 29,16 | 20,06 | 0,38 |
| 95/2018 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ | 200/10 | 1,71 | 5,63 | 10,32 | 98,81 | 0,05 | 0,05 | 16,00 | 15,0 | 41,27 | 46,94 | 20,48 | 0,95 |
| 209/08 | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ | 90 | 14,11 | 17,65 | 9,83 | 254,63 | 0,09 | 0,15 | 1,64 | 53,8 | 41,82 | 140,33 | 18,28 | 1,09 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 5,70 | 6,44 | 25,74 | 183,69 | 0,19 | 0,10 | 3,24 | 24,0 | 36,20 | 141,15 | 91,54 | 3,23 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | | 0,01 | 0,40 | | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 26,51 | 36,37 | 94,14 | 809,92 | 0,41 | 0,37 | 23,92 | 92,8 | 167,00 | 417,78 | 166,66 | 8,03 |
| Итого за день: | | | 51,09 | 54,81 | 182,29 | 1426,82 | 0,64 | 0,54 | 27,46 | 133,5 | 234,18 | 641,33 | 202,02 | 11,18 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.11.2024 года


МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 347/2018 | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" | 100 | 15,92 | 13,07 | 13,81 | 236,51 | 0,08 | 0,14 | 0,82 | 15,4 | 35,08 | 149,71 | 19,34 | 1,69 |
| 256/2018 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ* | 200 | 7,52 | 8,23 | 48,01 | 296,18 | 0,12 | 0,04 | | 35,6 | 27,20 | 64,31 | 11,61 | 1,20 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 | | | 2,80 | | 3,11 | 1,55 | 0,84 | 0,07 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подмену: 56,95 руб. | | | 28,06 | 21,79 | 101,53 | 714,41 | 0,27 | 0,20 | 3,62 | 51,0 | 77,39 | 254,57 | 40,19 | 3,62 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|--------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|--------|-------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,15 | 10,08 | 9,07 | 131,58 | 0,05 | 0,06 | 4,40 | | 23,85 | 48,60 | 33,44 | 0,63 |
| 95/2018 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,07 | 6,67 | 12,81 | 119,50 | 0,06 | 0,07 | 19,99 | 15,0 | 49,43 | 57,15 | 25,38 | 1,18 |
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85 | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 6,84 | 7,72 | 30,89 | 220,42 | 0,23 | 0,12 | 3,89 | 28,8 | 43,44 | 169,38 | 109,85 | 3,88 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | | 0,01 | 0,40 | | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Итого по подмену: 107,93 | | | 32,20 | 42,88 | 116,47 | 980,51 | 0,53 | 0,45 | 30,53 | 71,6 | 211,36 | 527,96 | 213,70 | 10,26 |

Итого за день: 60,26 64,67 218,00 1694,92 0,80 0,65 34,15 122,6 288,75 782,53 253,89 13,88

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

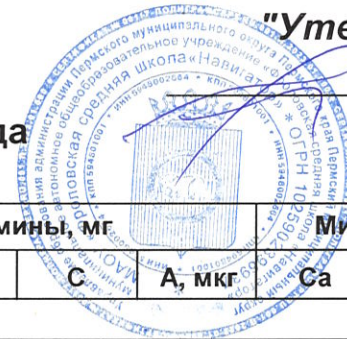
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 20.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена



| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---|--------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С/С | 60 | 0,69 | 6,05 | 5,44 | 78,95 | 0,03 | 0,04 | 2,64 | | 14,31 | 29,16 | 20,06 | 0,38 |
| 95/2018 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ | 200/10 | 1,71 | 5,63 | 10,32 | 98,81 | 0,05 | 0,05 | 16,00 | 15,0 | 41,27 | 46,94 | 20,48 | 0,95 |
| 209/08 | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ | 90 | 14,11 | 17,65 | 9,83 | 254,63 | 0,09 | 0,15 | 1,64 | 53,8 | 41,82 | 140,33 | 18,28 | 1,09 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 5,70 | 6,44 | 25,74 | 183,69 | 0,19 | 0,10 | 3,24 | 24,0 | 36,20 | 141,15 | 91,54 | 3,23 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | | 0,01 | 0,40 | | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 26,51 | 36,37 | 94,14 | 809,92 | 0,41 | 0,37 | 23,92 | 92,8 | 167,00 | 417,78 | 166,66 | 8,03 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 | | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 250 | 1,25 | 0,25 | 25,25 | 108,25 | 0,03 | 0,03 | 5,00 | | 17,50 | 17,50 | 10,00 | 3,50 |
| Итого по подменю: 24,58 руб. | | | 5,00 | 5,15 | 62,45 | 316,15 | 0,07 | 0,06 | 5,00 | 5,0 | 32,00 | 62,50 | 20,00 | 4,55 |
| Итого за день: | | | 31,51 | 41,52 | 156,59 | 1126,07 | 0,48 | 0,43 | 28,92 | 97,8 | 199,00 | 480,28 | 186,66 | 12,58 |

Директор  /Банникова Т.Н./

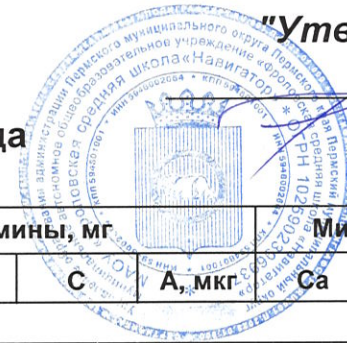
Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 20.11.2024 года



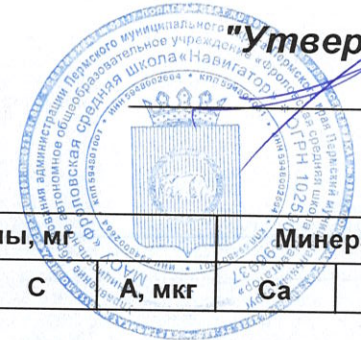
MAOU "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|------------------------------|---|--------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | 1,15 | 10,08 | 9,07 | 131,58 | 0,05 | 0,06 | 4,40 | | 23,85 | 48,60 | 33,44 | 0,63 |
| 95/2018 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ | 250/10 | 2,07 | 6,67 | 12,81 | 119,50 | 0,06 | 0,07 | 19,99 | 15,0 | 49,43 | 57,15 | 25,38 | 1,18 |
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85 | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 202/2018 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 6,84 | 7,72 | 30,89 | 220,42 | 0,23 | 0,12 | 3,89 | 28,8 | 43,44 | 169,38 | 109,85 | 3,88 |
| 495/2018 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | | 0,01 | 0,40 | | 22,50 | 15,40 | 6,00 | 1,23 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | 0,01 | | | 6,00 | 19,50 | 4,20 | 0,33 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 32,20 | 42,88 | 116,47 | 980,51 | 0,53 | 0,45 | 30,53 | 71,6 | 211,36 | 527,96 | 213,70 | 10,26 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 | | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 501/2018 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 250 | 1,25 | 0,25 | 25,25 | 108,25 | 0,03 | 0,03 | 5,00 | | 17,50 | 17,50 | 10,00 | 3,50 |
| Итого по подменю: 28,41 руб. | | | 5,00 | 5,15 | 62,45 | 316,15 | 0,07 | 0,06 | 5,00 | 5,0 | 32,00 | 62,50 | 20,00 | 4,55 |
| Итого за день: | | | 37,20 | 48,03 | 178,92 | 1296,66 | 0,60 | 0,51 | 35,53 | 76,6 | 243,36 | 590,46 | 233,70 | 14,81 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|--------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Ca | P | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6,62 | 8,39 | 33,13 | 234,49 | 0,14 | 0,21 | 1,46 | 47,7 | 149,59 | 184,91 | 34,55 | 1,52 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ | 80 | 5,66 | 7,16 | 48,24 | 280,04 | 0,09 | 0,06 | 0,09 | 34,7 | 21,55 | 58,02 | 9,31 | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 105,00 | | | 19,65 | 18,54 | 125,63 | 747,92 | 0,34 | 0,44 | 2,85 | 102,4 | 303,70 | 372,11 | 66,29 | 3,05 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|------------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 2/2013 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 100 | 1,15 | 10,14 | 10,62 | 138,31 | 0,03 | 0,04 | 21,30 | | 29,57 | 29,10 | 18,08 | 0,88 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,37 | 3,06 | 24,83 | 140,28 | 0,15 | 0,08 | 21,48 | | 24,93 | 79,28 | 30,05 | 1,27 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ | 220 | 20,16 | 24,98 | 19,92 | 385,14 | 0,23 | 0,24 | 25,44 | 38,4 | 35,69 | 230,00 | 51,80 | 2,49 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 115,00 | | | 32,75 | 39,29 | 111,66 | 931,14 | 0,53 | 0,39 | 68,22 | 38,4 | 112,85 | 425,09 | 119,58 | 6,73 |
| Итого за день: | | | 52,40 | 57,83 | 237,29 | 1679,06 | 0,87 | 0,83 | 71,07 | 140,8 | 416,55 | 797,20 | 185,87 | 9,78 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./


Меню на 21.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот7-10лет



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|--------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,30 | 6,68 | 26,44 | 187,00 | 0,11 | 0,17 | 1,17 | 38,0 | 119,72 | 147,83 | 27,62 | 1,22 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ | 80 | 5,66 | 7,16 | 48,24 | 280,04 | 0,09 | 0,06 | 0,09 | 34,7 | 21,55 | 58,02 | 9,31 | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 16,81 | 16,67 | 109,10 | 653,55 | 0,28 | 0,39 | 2,56 | 92,7 | 269,83 | 322,03 | 56,56 | 2,53 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|------------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 2/2013 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ* | 60 | 0,69 | 6,08 | 6,37 | 82,99 | 0,02 | 0,02 | 12,78 | | 17,74 | 17,46 | 10,85 | 0,53 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,29 | 2,37 | 16,60 | 96,86 | 0,09 | 0,05 | 13,18 | | 17,94 | 51,82 | 19,44 | 0,83 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ | 180 | 18,15 | 22,47 | 17,93 | 346,54 | 0,20 | 0,21 | 22,88 | 34,5 | 32,04 | 206,97 | 46,59 | 2,24 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 28,03 | 31,82 | 91,59 | 764,85 | 0,41 | 0,31 | 48,84 | 34,5 | 86,93 | 347,06 | 92,78 | 5,22 |
| Итого за день: | | | 44,84 | 48,49 | 200,69 | 1418,40 | 0,69 | 0,70 | 51,40 | 127,3 | 356,76 | 669,09 | 149,34 | 7,75 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|--------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6,62 | 8,39 | 33,13 | 234,49 | 0,14 | 0,21 | 1,46 | 47,7 | 149,59 | 184,91 | 34,55 | 1,52 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ | 80 | 5,66 | 7,16 | 48,24 | 280,04 | 0,09 | 0,06 | 0,09 | 34,7 | 21,55 | 58,02 | 9,31 | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 19,65 | 18,54 | 125,63 | 747,92 | 0,34 | 0,44 | 2,85 | 102,4 | 303,70 | 372,11 | 66,29 | 3,05 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|------------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| 2/2013 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 100 | 1,15 | 10,14 | 10,62 | 138,31 | 0,03 | 0,04 | 21,30 | | 29,57 | 29,10 | 18,08 | 0,88 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,37 | 3,06 | 24,83 | 140,28 | 0,15 | 0,08 | 21,48 | | 24,93 | 79,28 | 30,05 | 1,27 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ | 220 | 20,16 | 24,98 | 19,92 | 385,14 | 0,23 | 0,24 | 25,44 | 38,4 | 35,69 | 230,00 | 51,80 | 2,49 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 32,75 | 39,29 | 111,66 | 931,14 | 0,53 | 0,39 | 68,22 | 38,4 | 112,85 | 425,09 | 119,58 | 6,73 |
| Итого за день: | | | 52,40 | 57,83 | 237,29 | 1679,06 | 0,87 | 0,83 | 71,07 | 140,8 | 416,55 | 797,20 | 185,87 | 9,78 |

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10лет 1 смена



| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|----------------|--------------------------------|-------|---------------------|------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------------------------|--------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,30 | 6,68 | 26,44 | 187,00 | 0,11 | 0,17 | 1,17 | 38,0 | 119,72 | 147,83 | 27,62 | 1,22 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ | 80 | 5,66 | 7,16 | 48,24 | 280,04 | 0,09 | 0,06 | 0,09 | 34,7 | 21,55 | 58,02 | 9,31 | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |

Итого по подменю: 46,59 руб. 16,81 16,67 109,10 653,55 0,28 0,39 2,56 92,7 269,83 322,03 56,56 2,53

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 2/2013 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ* | 60 | 0,69 | 6,08 | 6,37 | 82,99 | 0,02 | 0,02 | 12,78 | | 17,74 | 17,46 | 10,85 | 0,53 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,29 | 2,37 | 16,60 | 96,86 | 0,09 | 0,05 | 13,18 | | 17,94 | 51,82 | 19,44 | 0,83 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ | 180 | 18,15 | 22,47 | 17,93 | 346,54 | 0,20 | 0,21 | 22,88 | 34,5 | 32,04 | 206,97 | 46,59 | 2,24 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 96,26 руб. 28,03 31,82 91,59 764,85 0,41 0,31 48,84 34,5 86,93 347,06 92,78 5,22

Итого за день: 44,84 48,49 200,69 1418,40 0,69 0,70 51,40 127,3 356,76 669,09 149,34 7,75

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

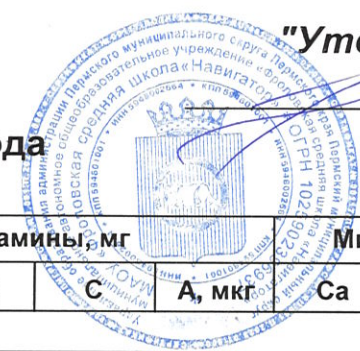
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|----------------|--------------------------------|-------|---------------------|------|-------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Ca | P | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 230/2018 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6,62 | 8,39 | 33,13 | 234,49 | 0,14 | 0,21 | 1,46 | 47,7 | 149,59 | 184,91 | 34,55 | 1,52 |
| 544/2018 | БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ | 80 | 5,66 | 7,16 | 48,24 | 280,04 | 0,09 | 0,06 | 0,09 | 34,7 | 21,55 | 58,02 | 9,31 | 0,74 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |


Итого по подменю: 56,95 руб. 19,65 18,54 125,63 747,92 0,34 0,44 2,85 102,4 303,70 372,11 66,29 3,05

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 2/2013 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 100 | 1,15 | 10,14 | 10,62 | 138,31 | 0,03 | 0,04 | 21,30 | | 29,57 | 29,10 | 18,08 | 0,88 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,37 | 3,06 | 24,83 | 140,28 | 0,15 | 0,08 | 21,48 | | 24,93 | 79,28 | 30,05 | 1,27 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ | 220 | 20,16 | 24,98 | 19,92 | 385,14 | 0,23 | 0,24 | 25,44 | 38,4 | 35,69 | 230,00 | 51,80 | 2,49 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 107,93 32,75 39,29 111,66 931,14 0,53 0,39 68,22 38,4 112,85 425,09 119,58 6,73

Итого за день: 52,40 57,83 237,29 1679,06 0,87 0,83 71,07 140,8 416,55 797,20 185,87 9,78

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

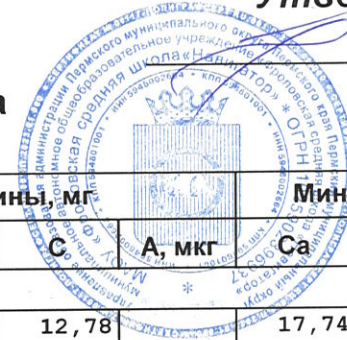
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 21.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена

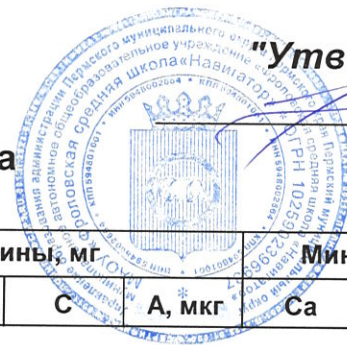


| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | | |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|-------------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Мg | Fe | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2/2013 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ* | 60 | 0,69 | 6,08 | 6,37 | 82,99 | 0,02 | 0,02 | 12,78 | | | 17,74 | 17,46 | 10,85 | 0,53 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,29 | 2,37 | 16,60 | 96,86 | 0,09 | 0,05 | 13,18 | | | 17,94 | 51,82 | 19,44 | 0,83 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ | 180 | 18,15 | 22,47 | 17,93 | 346,54 | 0,20 | 0,21 | 22,88 | | 34,5 | 32,04 | 206,97 | 46,59 | 2,24 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 28,03 | 31,82 | 91,59 | 764,85 | 0,41 | 0,31 | 48,84 | 34,5 | 86,93 | 347,06 | 92,78 | 5,22 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 | | | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 250 | 0,28 | 0,06 | 14,29 | 58,81 | 0,01 | 0,01 | 6,88 | | | 8,38 | 5,25 | 3,13 | 0,39 |
| Итого по подменю: 24,58 руб. | | | 4,03 | 4,96 | 51,49 | 266,71 | 0,05 | 0,04 | 6,88 | 5,0 | 22,88 | 50,25 | 13,13 | 1,44 | |
| Итого за день: | | | 32,06 | 36,78 | 143,08 | 1031,56 | 0,46 | 0,35 | 55,72 | 39,5 | 109,81 | 397,31 | 105,91 | 6,66 | |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 21.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОБЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 2/2013 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 100 | 1,15 | 10,14 | 10,62 | 138,31 | 0,03 | 0,04 | 21,30 | | 29,57 | 29,10 | 18,08 | 0,88 |
| 116/2018 | СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,37 | 3,06 | 24,83 | 140,28 | 0,15 | 0,08 | 21,48 | | 24,93 | 79,28 | 30,05 | 1,27 |
| 376/2018 | РАГУ С КУРИЦЕЙ | 220 | 20,16 | 24,98 | 19,92 | 385,14 | 0,23 | 0,24 | 25,44 | 38,4 | 35,69 | 230,00 | 51,80 | 2,49 |
| 457/2018 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 9,98 | 39,92 | | | | | 0,31 | 0,01 | | 0,03 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 32,75 | 39,29 | 111,66 | 931,14 | 0,53 | 0,39 | 68,22 | 38,4 | 112,85 | 425,09 | 119,58 | 6,73 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 | | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 250 | 0,28 | 0,06 | 14,29 | 58,81 | 0,01 | 0,01 | 6,88 | | 8,38 | 5,25 | 3,13 | 0,39 |
| Итого по подменю: 28,41 руб. | | | 4,03 | 4,96 | 51,49 | 266,71 | 0,05 | 0,04 | 6,88 | 5,0 | 22,88 | 50,25 | 13,13 | 1,44 |
| Итого за день: | | | 36,78 | 44,25 | 163,15 | 1197,85 | 0,58 | 0,43 | 75,10 | 43,4 | 135,73 | 475,34 | 132,71 | 8,17 |

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

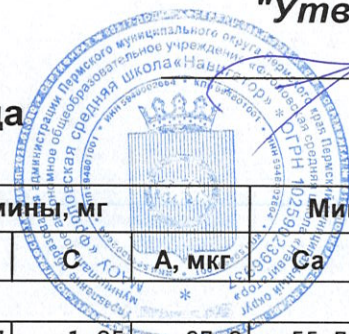
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет



| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------|--------------------------|---|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |

ЗАВТРАК

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85 | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,83 | 8,05 | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 105,00 27,30 29,97 110,70 821,70 0,40 0,37 32,54 70,0 131,22 360,35 78,76 4,58

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| 43/2018 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 100 | 1,62 | 6,29 | 11,76 | 110,60 | 0,09 | 0,06 | 14,57 | | 15,44 | 50,55 | 21,32 | 0,80 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 7,82 | 15,06 | 16,60 | 233,20 | 0,11 | 0,14 | 16,55 | 15,2 | 38,66 | 152,71 | 42,45 | 1,55 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕНЫЙ | 100 | 19,37 | 14,48 | 14,37 | 265,28 | 0,07 | 0,14 | | 28,4 | 13,11 | 175,08 | 21,42 | 2,53 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,36 | 7,03 | 18,76 | 155,72 | 0,08 | 0,11 | 94,59 | 32,8 | 110,84 | 81,90 | 41,59 | 1,56 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22 | 0,05 | 11,43 | 47,05 | 0,01 | 0,01 | 5,50 | | 6,70 | 4,20 | 2,50 | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 115,00 41,46 44,02 119,23 1039,34 0,48 0,49 131,21 76,4 207,10 551,14 148,93 8,81

Итого за день: 68,76 73,99 229,93 1861,04 0,88 0,86 163,75 146,4 338,32 911,49 227,69 13,39

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

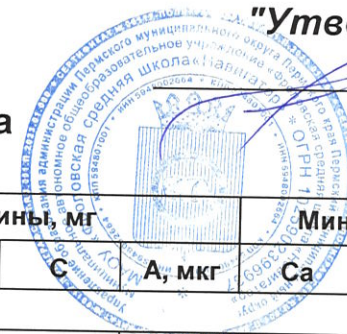
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот 7-10 лет



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 372/2018 | БИТОЧЕК ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 14,65 | 14,17 | 9,31 | 223,40 | 0,09 | 0,14 | 1,66 | 31,8 | 51,63 | 142,91 | 19,17 | 1,18 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,19 | 6,68 | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90 | 32,31 | 1,19 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ) | 40 | 1,12 | 1,32 | 30,92 | 140,04 | 0,01 | 0,02 | | 0,8 | 6,40 | 14,40 | 4,00 | 0,60 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 22,00 | 22,49 | 96,61 | 676,90 | 0,30 | 0,30 | 27,23 | 64,3 | 109,22 | 279,21 | 61,08 | 3,46 |

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-----|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|---------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 43/2018 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 60 | 0,97 | 3,77 | 7,06 | 66,36 | 0,05 | 0,03 | 8,74 | | 9,27 | 30,33 | 12,79 | 0,48 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 6,25 | 12,01 | 13,26 | 186,16 | 0,09 | 0,11 | 13,19 | 12,0 | 30,82 | 122,06 | 33,92 | 1,24 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ | 90 | 18,14 | 13,68 | 14,16 | 252,30 | 0,08 | 0,17 | 0,33 | 30,7 | 42,65 | 180,67 | 22,88 | 2,30 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,63 | 5,83 | 15,60 | 129,38 | 0,07 | 0,09 | 78,81 | 27,2 | 92,29 | 68,17 | 34,64 | 1,30 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22 | 0,05 | 11,43 | 47,05 | 0,01 | 0,01 | 5,50 | | 6,70 | 4,20 | 2,50 | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 36,11 | 36,24 | 102,22 | 879,79 | 0,40 | 0,44 | 106,57 | 69,9 | 200,63 | 476,23 | 122,63 | 7,22 |
| Итого за день: | | | 58,11 | 58,73 | 198,83 | 1556,69 | 0,70 | 0,74 | 133,80 | 134,3 | 309,85 | 755,44 | 183,71 | 10,68 |

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л



| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|--------|--------------------------|---|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg |

ЗАВТРАК

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85 | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,83 | 8,05 | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |


Итого по подменю: 107,93 27,30 29,97 110,70 821,70 0,40 0,37 32,54 70,0 131,22 360,35 78,76 4,58


ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|
| 43/2018 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 100 | 1,62 | 6,29 | 11,76 | 110,60 | 0,09 | 0,06 | 14,57 | | 15,44 | 50,55 | 21,32 | 0,80 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 7,82 | 15,06 | 16,60 | 233,20 | 0,11 | 0,14 | 16,55 | 15,2 | 38,66 | 152,71 | 42,45 | 1,55 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕНый | 100 | 19,37 | 14,48 | 14,37 | 265,28 | 0,07 | 0,14 | | 28,4 | 13,11 | 175,08 | 21,42 | 2,53 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,36 | 7,03 | 18,76 | 155,72 | 0,08 | 0,11 | 94,59 | 32,8 | 110,84 | 81,90 | 41,59 | 1,56 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22 | 0,05 | 11,43 | 47,05 | 0,01 | 0,01 | 5,50 | | 6,70 | 4,20 | 2,50 | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 107,93 41,46 44,02 119,23 1039,34 0,48 0,49 131,21 76,4 207,10 551,14 148,93 8,81

Итого за день: 68,76 73,99 229,93 1861,04 0,88 0,86 163,75 146,4 338,32 911,49 227,69 13,39

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10лет 1 смена



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|----------------|------------------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 372/2018 | БИТОЧЕК ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 14,65 | 14,17 | 9,31 | 223,40 | 0,09 | 0,14 | 1,66 | 31,8 | 51,63 | 142,91 | 19,17 | 1,18 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,19 | 6,68 | 21,72 | 159,76 | 0,16 | 0,13 | 25,57 | 31,7 | 42,74 | 95,90 | 32,31 | 1,19 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ) | 40 | 1,12 | 1,32 | 30,92 | 140,04 | 0,01 | 0,02 | | 0,8 | 6,40 | 14,40 | 4,00 | 0,60 |

Итого по подменю: 46,59 руб.

22,00 22,49 96,61 676,90 0,30 0,30 27,23 64,3 109,22 279,21 61,08 3,46

ОБЕД

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|------|-------|--------|-------|------|
| 43/2018 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 60 | 0,97 | 3,77 | 7,06 | 66,36 | 0,05 | 0,03 | 8,74 | | 9,27 | 30,33 | 12,79 | 0,48 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 6,25 | 12,01 | 13,26 | 186,16 | 0,09 | 0,11 | 13,19 | 12,0 | 30,82 | 122,06 | 33,92 | 1,24 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ | 90 | 18,14 | 13,68 | 14,16 | 252,30 | 0,08 | 0,17 | 0,33 | 30,7 | 42,65 | 180,67 | 22,88 | 2,30 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,63 | 5,83 | 15,60 | 129,38 | 0,07 | 0,09 | 78,81 | 27,2 | 92,29 | 68,17 | 34,64 | 1,30 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22 | 0,05 | 11,43 | 47,05 | 0,01 | 0,01 | 5,50 | | 6,70 | 4,20 | 2,50 | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |

Итого по подменю: 96,26 руб.

36,11 36,24 102,22 879,79 0,40 0,44 106,57 69,9 200,63 476,23 122,63 7,22

Итого за день: 58,11 58,73 198,83 1556,69 0,70 0,74 133,80 134,3 309,85 755,44 183,71 10,68

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---|-------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 372/2018 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,91 | 17,52 | 10,37 | 262,78 | 0,11 | 0,17 | 1,85 | 27,8 | 55,79 | 170,23 | 23,58 | 1,61 |
| 377/2018 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,83 | 8,05 | 26,07 | 192,02 | 0,19 | 0,16 | 30,69 | 38,2 | 51,38 | 115,12 | 38,78 | 1,42 |
| 461/2018 | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | | | 14,98 | 59,94 | | | | | 0,45 | | | 0,05 |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 56,95 руб. | | | 27,30 | 29,97 | 110,70 | 821,70 | 0,40 | 0,37 | 32,54 | 70,0 | 131,22 | 360,35 | 78,76 | 4,58 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 43/2018 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 100 | 1,62 | 6,29 | 11,76 | 110,60 | 0,09 | 0,06 | 14,57 | | 15,44 | 50,55 | 21,32 | 0,80 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 7,82 | 15,06 | 16,60 | 233,20 | 0,11 | 0,14 | 16,55 | 15,2 | 38,66 | 152,71 | 42,45 | 1,55 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ | 100 | 19,37 | 14,48 | 14,37 | 265,28 | 0,07 | 0,14 | | 28,4 | 13,11 | 175,08 | 21,42 | 2,53 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,36 | 7,03 | 18,76 | 155,72 | 0,08 | 0,11 | 94,59 | 32,8 | 110,84 | 81,90 | 41,59 | 1,56 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22 | 0,05 | 11,43 | 47,05 | 0,01 | 0,01 | 5,50 | | 6,70 | 4,20 | 2,50 | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 41,46 | 44,02 | 119,23 | 1039,34 | 0,48 | 0,49 | 131,21 | 76,4 | 207,10 | 551,14 | 148,93 | 8,81 |
| Итого за день: | | | 68,76 | 73,99 | 229,93 | 1861,04 | 0,88 | 0,86 | 163,75 | 146,4 | 338,32 | 911,49 | 227,69 | 13,39 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

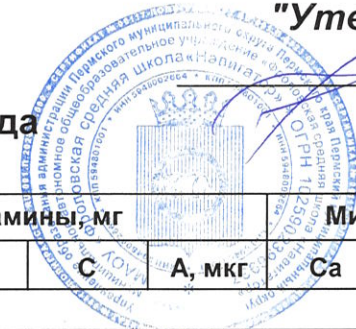
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 22.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 7-10 ЛЕТ 2 смена



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|--------|--------|--------------------------|--------|--------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 43/2018 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 60 | 0,97 | 3,77 | 7,06 | 66,36 | 0,05 | 0,03 | 8,74 | | 9,27 | 30,33 | 12,79 | 0,48 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 6,25 | 12,01 | 13,26 | 186,16 | 0,09 | 0,11 | 13,19 | 12,0 | 30,82 | 122,06 | 33,92 | 1,24 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕНый | 90 | 18,14 | 13,68 | 14,16 | 252,30 | 0,08 | 0,17 | 0,33 | 30,7 | 42,65 | 180,67 | 22,88 | 2,30 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,63 | 5,83 | 15,60 | 129,38 | 0,07 | 0,09 | 78,81 | 27,2 | 92,29 | 68,17 | 34,64 | 1,30 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22 | 0,05 | 11,43 | 47,05 | 0,01 | 0,01 | 5,50 | | 6,70 | 4,20 | 2,50 | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 36,11 | 36,24 | 102,22 | 879,79 | 0,40 | 0,44 | 106,57 | 69,9 | 200,63 | 476,23 | 122,63 | 7,22 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 541/2018 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 60 | 5,62 | 5,78 | 34,80 | 213,64 | 0,09 | 0,05 | | 31,7 | 14,45 | 53,14 | 8,35 | 0,72 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 250 | 0,08 | 0,01 | 12,74 | 51,35 | | | 3,52 | | 3,90 | 1,95 | 1,06 | 0,09 |
| Итого по подменю: 24,58 руб. | | | 5,70 | 5,79 | 47,54 | 264,99 | 0,09 | 0,05 | 3,52 | 31,7 | 18,35 | 55,09 | 9,41 | 0,81 |
| Итого за день: | | | 41,81 | 42,03 | 149,76 | 1144,78 | 0,49 | 0,49 | 110,09 | 101,6 | 218,98 | 531,32 | 132,04 | 8,03 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

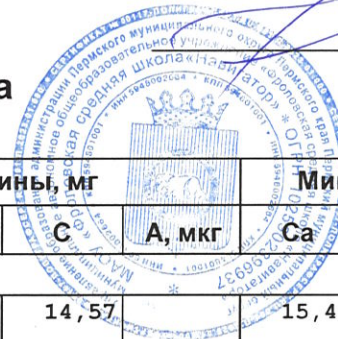
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич.Е.З./

Меню на 22.11.2024 года

МАОУ "Фроловская школа "Навигатор" ОВЗ 11-18 ЛЕТ 2 смена



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---|-------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 43/2018 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ | 100 | 1,62 | 6,29 | 11,76 | 110,60 | 0,09 | 0,06 | 14,57 | | 15,44 | 50,55 | 21,32 | 0,80 |
| 123/2018 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 250 | 7,82 | 15,06 | 16,60 | 233,20 | 0,11 | 0,14 | 16,55 | 15,2 | 38,66 | 152,71 | 42,45 | 1,55 |
| 189/2008 | ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ | 100 | 19,37 | 14,48 | 14,37 | 265,28 | 0,07 | 0,14 | | 28,4 | 13,11 | 175,08 | 21,42 | 2,53 |
| 380/2018 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,36 | 7,03 | 18,76 | 155,72 | 0,08 | 0,11 | 94,59 | 32,8 | 110,84 | 81,90 | 41,59 | 1,56 |
| 492/2018 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | 200 | 0,22 | 0,05 | 11,43 | 47,05 | 0,01 | 0,01 | 5,50 | | 6,70 | 4,20 | 2,50 | 0,31 |
| 109/2012 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,51 | 0,63 | 16,79 | 86,85 | 0,05 | 0,01 | | | 10,35 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.. | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,64 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 41,46 | 44,02 | 119,23 | 1039,34 | 0,48 | 0,49 | 131,21 | 76,4 | 207,10 | 551,14 | 148,93 | 8,81 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | |
| 541/2018 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 60 | 5,62 | 5,78 | 34,80 | 213,64 | 0,09 | 0,05 | | 31,7 | 14,45 | 53,14 | 8,35 | 0,72 |
| 459/2018 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 250 | 0,08 | 0,01 | 12,74 | 51,35 | | | 3,52 | | 3,90 | 1,95 | 1,06 | 0,09 |
| Итого по подменю: 28,41 руб. | | | 5,70 | 5,79 | 47,54 | 264,99 | 0,09 | 0,05 | 3,52 | 31,7 | 18,35 | 55,09 | 9,41 | 0,81 |
| Итого за день: | | | 47,16 | 49,81 | 166,77 | 1304,33 | 0,57 | 0,54 | 134,73 | 108,1 | 225,45 | 606,23 | 158,34 | 9,62 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 234/2018 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6,82 | 9,27 | 41,43 | 276,41 | 0,09 | 0,24 | 1,92 | 54,7 | 183,95 | 192,09 | 39,78 | 0,58 |
| 75/2018 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 5,12 | 5,22 | | 67,46 | 0,01 | 0,07 | 0,14 | 46,0 | 180,00 | 118,00 | 10,00 | 0,18 |
| 541/2018 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 80 | 7,50 | 7,77 | 46,40 | 285,50 | 0,11 | 0,07 | | 42,5 | 19,31 | 71,06 | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 105,00 | | | 25,29 | 25,09 | 122,25 | 815,88 | 0,29 | 0,54 | 3,36 | 163,3 | 511,82 | 497,33 | 80,57 | 2,30 |
| Итого за день: | | | 25,29 | 25,09 | 122,25 | 815,88 | 0,29 | 0,54 | 3,36 | 163,3 | 511,82 | 497,33 | 80,57 | 2,30 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.П./

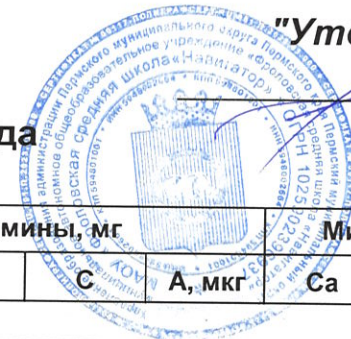
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот7-10лет



| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 234/2018 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,46 | 7,38 | 33,11 | 220,67 | 0,07 | 0,20 | 1,53 | 43,6 | 147,22 | 153,68 | 31,83 | 0,46 |
| 75/2018 | СЫР ПОРЦИЯ | 15 | 3,84 | 3,92 | | 50,60 | 0,01 | 0,05 | 0,11 | 34,5 | 135,00 | 88,50 | 7,50 | 0,14 |
| 541/2018 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 80 | 7,50 | 7,77 | 46,40 | 285,50 | 0,11 | 0,07 | | 42,5 | 19,31 | 71,06 | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 22,65 | 21,90 | 113,93 | 743,28 | 0,27 | 0,48 | 2,94 | 140,7 | 430,09 | 429,42 | 70,12 | 2,14 |
| Итого за день: | | | 22,65 | 21,90 | 113,93 | 743,28 | 0,27 | 0,48 | 2,94 | 140,7 | 430,09 | 429,42 | 70,12 | 2,14 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

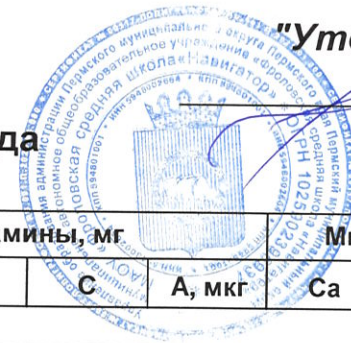
ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.11.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л



| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|------------------------------|-------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------|---------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Ca | P | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 234/2018 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6,82 | 9,27 | 41,43 | 276,41 | 0,09 | 0,24 | 1,92 | 54,7 | 183,95 | 192,09 | 39,78 | 0,58 |
| 75/2018 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 5,12 | 5,22 | | 67,46 | 0,01 | 0,07 | 0,14 | 46,0 | 180,00 | 118,00 | 10,00 | 0,18 |
| 541/2018 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 80 | 7,50 | 7,77 | 46,40 | 285,50 | 0,11 | 0,07 | | 42,5 | 19,31 | 71,06 | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 25,29 | 25,09 | 122,25 | 815,88 | 0,29 | 0,54 | 3,36 | 163,3 | 511,82 | 497,33 | 80,57 | 2,30 |
| Итого за день: | | | 25,29 | 25,09 | 122,25 | 815,88 | 0,29 | 0,54 | 3,36 | 163,3 | 511,82 | 497,33 | 80,57 | 2,30 |

Директор /Банникова Т.Н./

Зав. производством /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.11.2024 года

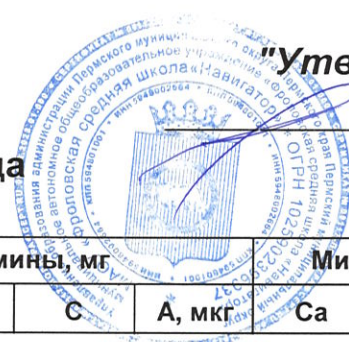
МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет 1 смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|---------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 234/2018 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5,46 | 7,38 | 33,11 | 220,67 | 0,07 | 0,20 | 1,53 | 43,6 | 147,22 | 153,68 | 31,83 | 0,46 |
| 75/2018 | СЫР ПОРЦИЯ | 15 | 3,84 | 3,92 | | 50,60 | 0,01 | 0,05 | 0,11 | 34,5 | 135,00 | 88,50 | 7,50 | 0,14 |
| 541/2018 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 80 | 7,50 | 7,77 | 46,40 | 285,50 | 0,11 | 0,07 | | 42,5 | 19,31 | 71,06 | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 96,26 руб. | | | 22,65 | 21,90 | 113,93 | 743,28 | 0,27 | 0,48 | 2,94 | 140,7 | 430,09 | 429,42 | 70,12 | 2,14 |
| ДОП. ПИТАНИЕ | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,32 | 0,03 | 0,02 | | 4,0 | 11,60 | 36,00 | 8,00 | 0,84 |
| 82/2018 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | 0,03 | 0,02 | 10,00 | | 16,00 | 11,00 | 9,00 | 2,20 |
| Итого по подменю: 46,59 руб. | | | 3,40 | 4,32 | 39,56 | 210,72 | 0,06 | 0,04 | 10,00 | 4,0 | 27,60 | 47,00 | 17,00 | 3,04 |
| Итого за день: | | | 26,05 | 26,22 | 153,49 | 954,00 | 0,33 | 0,52 | 12,94 | 144,7 | 457,69 | 476,42 | 87,12 | 5,18 |

Директор Б /Банникова Т.Н./

Зав. производством Ж /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"


/Чернякевич Е.З./

Меню на 23.11.2024 года

MAOU "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л 1 смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г | | | Калорийн. ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|------------------------------|------------------------------|-------|---------------------|--------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А, мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | |
| 234/2018 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 250 | 6,82 | 9,27 | 41,43 | 276,41 | 0,09 | 0,24 | 1,92 | 54,7 | 183,95 | 192,09 | 39,78 | 0,58 |
| 75/2018 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 5,12 | 5,22 | | 67,46 | 0,01 | 0,07 | 0,14 | 46,0 | 180,00 | 118,00 | 10,00 | 0,18 |
| 541/2018 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 80 | 7,50 | 7,77 | 46,40 | 285,50 | 0,11 | 0,07 | | 42,5 | 19,31 | 71,06 | 11,16 | 0,97 |
| 465/2018 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,81 | 2,51 | 14,74 | 92,75 | 0,04 | 0,15 | 1,30 | 20,0 | 120,56 | 90,18 | 14,03 | 0,13 |
| 108/2012 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| Итого по подменю: 107,93 | | | 25,29 | 25,09 | 122,25 | 815,88 | 0,29 | 0,54 | 3,36 | 163,3 | 511,82 | 497,33 | 80,57 | 2,30 |
| ДОП. ПИТАНИЕ | | | | | | | | | | | | | | |
| 590/2012 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,90 | 0,04 | 0,03 | | 5,0 | 14,50 | 45,00 | 10,00 | 1,05 |
| 112/2012 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 53,28 | 0,04 | 0,02 | 12,00 | | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 |
| Итого по подменю: 56,95 руб. | | | 4,23 | 5,38 | 48,96 | 261,18 | 0,08 | 0,05 | 12,00 | 5,0 | 33,70 | 58,20 | 20,80 | 3,69 |
| Итого за день: | | | 29,52 | 30,47 | 171,21 | 1077,06 | 0,37 | 0,59 | 15,36 | 168,3 | 545,52 | 555,53 | 101,37 | 5,99 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./