

Утверждаю:



Директор МАОУ СОШ №8 г. Ишима

А.Г. Русаков

Дата 29.01.2021 г.

Меню для питания обучающихся с 7 до 11 лет.

29 января 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					Сумма, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК						
Комплекс 1		20,8	17,2	120,5	722,9	80,00
Салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь	40	0,4	2,1	1,4	25,6	9,72
Фрикадельки из кур №410-2013, Пермь 2 шт. по 40 г.	80	9,9	10,4	6,3	158,4	31,45
Рис припущенный №512-2004	150	3,7	3,6	29,7	166,0	8,86
Чай "Витаминный" №493-2013, Пермь	200	0,7	0,1	19,8	82,9	5,47
Фрукт (яблоко) №458-2006, Москва	165	0,8	0,0	28,8	118,4	20,38
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	40,1	4,0	0,8	26,3	132	3,01
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,1	1,11
Комплекс 2		21,7	29,1	88,2	704,3	80,00
Зразы рубленые (№ 456 - 2004)	100/5	13,41	19,35	6,86	255,23	40,53
Капуста тушеная №534-2004	150	3,6	9,0	11,7	142,2	10,05
Чай "Витаминный" №493-2013, Пермь	200	0,7	0,1	19,8	82,9	5,47
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	47,6	3,2	0,6	21,0	106	3,57
Фрукт (яблоко) №458-2006, Москва	164	0,8	0,0	28,8	118,4	20,38
Обед		17,7	13,0	82,3	521,4	80,00
Суп с рыбными консервами (р.64-2001, Пермь)	200/2 5	6,3	4,5	10,3	107	24,62
Гуляш из свинины №437-2004	60	4,5	3,5	1,7	59,0	23,96

Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	12,46
Нектар "Мой" в инд. уп.	200			24,0	96	16
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	20	1,6	0,3	10,5	52,8	1,50
Хлеб "Дарницкий"	26,3	2,0	0,3	12,3	60,1	1,46
Обед для обучающихся с ОВЗ		24,3	19,4	95,9	658,3	109,60
Салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь	40	0,4	2,1	1,4	25,6	9,72
Суп с рыбными консервами (р.64-2001, Пермь)	250/2 5	6,3	4,5	10,3	107	26,35
Гуляш из свинины №437-2004	110	9,1	7,5	3,4	117,5	40,45
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	12,46
Нектар "Мой" в инд. уп.	200			24,0	96	16
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	39,5	3,2	0,6	21,0	106	2,96
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66

Медицинский работник

С.А. Нурахметова

Повар-бригадир

О.Ю. Крупко



Утверждаю:
 Директор МАОУ СОШ №8 г. Ишима
 А.Г. Русаков
 Дата 01.02.2021 г.

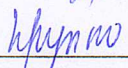
Меню для питания обучающихся с 7 - 11 лет.

1 февраля 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					Сумма, руб.
	Выхо д, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК						
Комплекс 1		22,5	21,3	74,3	580,8	80,00
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	70	0,6	3,5	2,2	42,7	18,61
Биточки рыбные №345-2013, Пермь	100	15,5	12,9	14,4	235,7	40,44
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	11,54
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" №686-2004	200/2 0/10	0,2	0,0	15,5	62,8	6,58
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	20	1,6	0,3	10,5	52,8	1,50
Хлеб "Дарницкий"	24	1,3	0,2	8,2	40,2	1,33
Комплекс 2		22,0	19,6	67,7	534,9	80,00
Фрикасе из птицы №493-2004	95	14,1	14,4	0,6	188,4	57,58
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	11,54
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" №686-2004	200/2 0/10	0,2	0,0	15,5	62,8	6,58
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66

Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	35,2	2,4	0,5	15,8	77,0	2,64
Обед		27,4	20,9	89,0	654,2	65,50
Свекольник со сметаной (р.34-2004, Пермь)	200/5	5,6	4,3	14,8	120	9,92
Фрикадельки мясные с соусом (№469,601-2004)	100/5 0	13,2	12,4	11,5	210	42,15
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)	150	4,6	3,7	20,0	132	6,96
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)	200	0,3	0,0	20,2	82	3,44
Хлеб "Белый" 1-й с	30	2,37	0,3	14,3	69,5	1,74
Хлеб "Дарницкий"	23,3	1,3	0,2	8,2	40,2	1,29
Обед для обучающихся с ОВЗ		28,6	25,1	109,7	779,6	109,60
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	50	0,4	2,5	1,5	30,5	13,32
Свекольник с мясом со сметаной (р.34-2004, Пермь)	250/1 0/5	7,2	6,1	14,8	143	25,11
Фрикадельки мясные с соусом (№469,601-2004)	100/5 0	13,2	12,4	11,5	210	42,15
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)	150	4,6	3,7	20,0	132	6,96
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)	200	0,3	0,0	20,2	82	3,44
Нектар "Мой" в инд. уп.	200			24,0	96	16
Хлеб "Белый" 1-й с	26	1,58	0,2	9,5	46	1,51
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,2	1,11

Медицинский работник  А.С. Пинигина

Повар-бригадир  О.Ю. Крупко

Утверждаю:



Директор МАОУ СОШ №8 г. Ишима

А.Г. Русаков

Дата 29.01.2021 г.

Меню для питания обучающихся с 12 лет и старше

29 января 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					Сумма, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК						
Комплекс 1		20,8	17,2	120,5	722,9	80,00
Салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь	40	0,4	2,1	1,4	25,6	9,72
Фрикадельки из кур №410-2013, Пермь 2 шт. по 40 г.	80	9,9	10,4	6,3	158,4	31,45
Рис припущенный №512-2004	150	3,7	3,6	29,7	166,0	8,86
Чай "Витаминный" №493-2013, Пермь	200	0,7	0,1	19,8	82,9	5,47
Фрукт (яблоко) №458-2006, Москва	165	0,8	0,0	28,8	118,4	20,38
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	40,1	4,0	0,8	26,3	132	3,01
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,1	1,11
Комплекс 2		21,7	29,1	88,2	704,3	80,00
Зразы рубленые (№ 456 - 2004)	100/5	13,41	19,35	6,86	255,23	40,53
Капуста тушеная №534-2004	150	3,6	9,0	11,7	142,2	10,05
Чай "Витаминный" №493-2013, Пермь	200	0,7	0,1	19,8	82,9	5,47
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	47,6	3,2	0,6	21,0	106	3,57
Фрукт (яблоко) №458-2006, Москва	164	0,8	0,0	28,8	118,4	20,38
Комплекс 3		17,2	14,5	73,5	493,7	48,00
Фрикадельки из кур №410-2013, Пермь 2 шт. по 40 г.	80	9,9	10,4	6,3	158,4	31,45
Рис припущенный №512-2004	150	3,7	3,6	29,7	166,0	8,86
Чай "Витаминный" №493-2013, Пермь	200	0,7	0,1	19,8	82,9	5,47
Хлеб "Белый" 1-й с	19,1	1,6	0,2	9,5	46,3	1,11

Утверждаю:



Директор МАОУ СОШ №8 г. Ишима

А.Г. Русаков

Дата 01.02.2021 г.

Меню для питания обучающихся с 12 лет и старше

1 февраля 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					Сумма, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК						
Комплекс 1		22,5	21,3	74,3	580,8	80,00
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	70	0,6	3,5	2,2	42,7	18,61
Биточки рыбные №345-2013, Пермь	100	15,5	12,9	14,4	235,7	40,44
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	11,54
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" №686-2004	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	6,58
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	20	1,6	0,3	10,5	52,8	1,50
Хлеб "Дарницкий"	24	1,3	0,2	8,2	40,2	1,33
Комплекс 2		22,0	19,6	67,7	534,9	80,00
Фрикасе из птицы №493-2004	95	14,1	14,4	0,6	188,4	57,58
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	11,54
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" №686-2004	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	6,58
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	35,2	2,4	0,5	15,8	77,0	2,64
Комплекс 3		21,4	17,8	69,2	522,1	61,00
Биточки рыбные №345-2013, Пермь	100	15,5	12,9	14,4	235,7	40,44

Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	11,54
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" №686-2004	200/2 0/10	0,2	0,0	15,5	62,8	6,58
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	32,5	2,4	0,5	15,8	77,0	2,44
Комплекс 4		14,9	12,4	67,4	440,7	46,00
Фрикасе из птицы №493-2004	40	7,1	7,2	0,3	94,2	23,84
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	11,54
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" №686-2004	200/2 0/10	0,2	0,0	15,5	62,8	6,58
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	31,7	2,4	0,5	15,8	77,0	2,38
Обед для обучающихся с ОВЗ		28,6	25,1	109,7	779,6	109,60
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	50	0,4	2,5	1,5	30,5	13,32
Свекольник с мясом со сметаной (р.34-2004, Пермь)	250/1 0/5	7,2	6,1	14,8	143	25,11
Фрикадельки мясные с соусом (№469,601-2004)	100/5 0	13,2	12,4	11,5	210	42,15
Гречка вязкая отварная (р.510- 2004)	150	4,6	3,7	20,0	132	6,96
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)	200	0,3	0,0	20,2	82	3,44
Нектар "Мой" в инд. уп.	200			24,0	96	16
Хлеб "Белый" 1-й с	26	1,58	0,2	9,5	46	1,51
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,2	1,11

Медицинский работник А.С. Пинигина

Повар-бригадир О.Ю. Крупко

Утверждаю:



Директор МАОУ СОШ №8 г. Ишима

А.Г. Русаков

Дата 29.01.2021 г.

Меню для питания обучающихся с сахарным диабетом
29 января 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					Сумма, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК						
Комплекс		21,7	29,1	78,2	664,4	80,00
Зразы рубленые (№ 456 - 2004)	100/5	13,41	19,35	6,86	255,23	40,53
Капуста тушеная №534-2004	150	3,6	9,0	11,7	142,2	10,05
Чай "Витаминный" без сахара №493-2013, Пермь	200	0,7	0,1	9,82	43,0	5,47
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	47,6	3,2	0,6	21,0	106	3,57
Фрукт (яблоко) №458-2006, Москва	165	0,8	0,0	28,8	118,4	20,38
Обед		24,3	19,4	95,9	658,3	109,60
Салат из свежих помидоров №22-2013, Пермь	40	0,4	2,1	1,4	25,6	9,72
Суп с рыбными консервами (р.64-2001, Пермь)	250/25	6,3	4,5	10,3	107	26,35
Гуляш из свинины №437-2004	110	9,1	7,5	3,4	117,5	40,45
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	12,46
Нектар без сахара в инд. уп.	200			24,0	96	16
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	39,5	3,2	0,6	21,0	106	2,96
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66

Медицинский работник С.А. Нурахметова

Повар-бригадир О.Ю. Крупко

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ №8 г. Ишима

А.Г. Русаков

Дата 01.02.2021 г.

Меню для питания обучающихся с сахарным диабетом

1 февраля 2021 г.



Наименование блюда	Химический состав					Сумма, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК						
Комплекс		22,0	19,6	52,7	475,0	80,00
Фрикасе из птицы №493-2004	95	14,1	14,4	0,6	188,4	57,58
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	11,54
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд" без сахара №686-2004	200/20/1 0	0,2	0,0	0,53	2,9	6,58
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	35,2	2,4	0,5	15,8	77,0	2,64
Обед		28,6	25,1	94,7	719,7	109,60
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	50	0,4	2,5	1,5	30,5	13,32
Свекольник с мясом со сметаной (р.34-2004, Пермь)	250/10/5	7,2	6,1	14,8	143	25,11
Фрикадельки мясные с соусом (№469,601-2004)	100/50	13,2	12,4	11,5	210	42,15
Гречка вязкая отварная (р.510- 2004)	150	4,6	3,7	20,0	132	6,96
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" без сахара (№638- 2004)	200	0,3	0,0	5,2	22	3,44
Нектар без сахара в инд. уп.	200			24,0	96	16
Хлеб "Белый" 1-й с	26	1,58	0,2	9,5	46	1,51
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,2	1,11

Медицинский работник

А.С. Пинигина

Повар-бригадир

О.Ю. Крупко