



Сотласовно:  
Директор МОУ "Вербенская СШ"  
Исмаилов Э.С.

ШКОЛА ☐ Меню на 11.02.2022  
МОУ "Вербенская СШ"

☐ 7-18 лет

МЕНЮ 5-го дня

| прием<br>пищи | раздел | №<br>п/п | Наименование<br>блюда                 | Масса<br>порции | ЦЕНА  | Пищевые<br>вещества |      |      | Ккал  |
|---------------|--------|----------|---------------------------------------|-----------------|-------|---------------------|------|------|-------|
|               |        |          |                                       |                 |       | Б                   | Ж    | У    |       |
|               |        | 1        | 2                                     | 3               |       | 4                   | 5    | 6    | 7     |
|               |        |          | ЗАВТРАК                               |                 |       |                     |      |      |       |
|               |        |          | ТТК стр 610 сб.<br>р. Лапшина<br>2004 |                 |       |                     |      |      |       |
|               |        |          | Зеленый горошек консервированный      | 30              | 10,00 | 0,9                 | 1,17 | 1,89 | 21,06 |
|               |        |          | Масло подсолнечное                    | 10              |       | 10,6                | 5,1  | 5,6  | 112   |
|               |        |          | Рыба тушеная с овощами                | 100             | 42,00 | 10,6                | 5,1  | 5,6  | 112   |
|               |        |          | Картофель отварной с маслом           | 180/5           | 12,00 | 3,8                 | 9,9  | 26,1 | 226,8 |
|               |        |          | Чай с сахаром и лимоном               | 200             | 6,00  | 0,3                 | 0,1  | 15,2 | 60    |
|               |        |          | Хлеб пшеничный                        | 40              | 3,02  | 4,8                 | 1,8  | 17,4 | 109   |
|               |        |          | Итого                                 | 550             | 73,02 | 20,4                | 18,1 | 66,2 | 528,9 |

| прием<br>пищи | раздел | №<br>п/п | Наименование<br>блюда                  | Масса<br>порции | ЦЕНА  | Пищевые<br>вещества |      |       | Ккал   |
|---------------|--------|----------|----------------------------------------|-----------------|-------|---------------------|------|-------|--------|
|               |        |          |                                        |                 |       | Б                   | Ж    | У     |        |
|               |        | 1        | 2                                      | 3               | 6     | 4                   | 5    | 6     | 7      |
|               |        |          | Нарезка овощная(огурец соленый)        | 100             |       | 0,8                 | 0,1  | 1,7   | 13     |
|               |        |          | Борщ с капустой картофелем со сметаной | 250/10          | 10,00 | 2,3                 | 7,2  | 13,4  | 128    |
|               |        |          | Гуляш                                  | 100             | 41,00 | 13,7                | 13,4 | 2,8   | 187,0  |
|               |        |          | Макаронные изделия отварные с овощами  | 150             | 9,00  | 6                   | 6,6  | 31,8  | 214,5  |
|               |        |          | Компот из свежих плодов                | 200             | 5,00  | 0,2                 | 0,1  | 25,4  | 99     |
|               |        |          | Хлеб пшеничный                         | 20              | 1,02  | 2,4                 | 0,9  | 8,7   | 54,5   |
|               |        |          | Хлеб ржано-пшеничный                   | 20              | 1,00  | 1,26                | 0,2  | 8,2   | 39,7   |
|               |        |          | Итого                                  | 850             | 73,02 | 26,66               | 28,5 | 92    | 735,7  |
|               |        |          | Всего                                  |                 |       | 47,0                | 46,6 | 158,2 | 1264,6 |