Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Обед (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Обед (2н4д)	212	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 200/1	200/1		130,983	5,909	3,916	18,027
Обед (2н4д)	136	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром 200/15/7	200/15/7		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор _____ Цуркина О.А.

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Завтрак (2н4д)	164	Закуска	Салат из моркови с яблоком 60	60		41,918	0,333	2,098	5,426
Завтрак (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Завтрак (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром 200/15/7	200/15/7		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор _____, Цуркина О. Ф.

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Завтрак (2н4д)	163	Закуска	Салат из моркови с сахаром 50	50		22,606	0,223	0,058	5,299
Завтрак (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Завтрак (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром 200/15	200/15		47,990	0	0	11,998

Директор _____/ Цуркина О.А.

Утверждаю

Директор _____ / _____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека обед 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Обед (2н4д)	212	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 200/1	200/1		130,983	5,909	3,916	18,027
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром 200/15	200/15		47,990	0	0	11,998

Директор _____ / Цуткина О. В.

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	9	бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к 20/15	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (2н4д)	216	Омлет	Омлет натуральный с маслом 70/5	70/5		1 959,512	163,786	142,246	6,039
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром 200/15/7	200/15/7		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином 18	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (2н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов 200	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Обед (2н4д)	164	Закуска	Салат из моркови с яблоком 60	60		41,918	0,333	2,098	5,426
Обед (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Обед (2н4д)	212	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 200/1	200/1		130,983	5,909	3,916	18,027
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ / Чуркина О.Н.

Утверждаю

Директор_____/_____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	9	бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к 20/15	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (2н4д)	216	Омлет	Омлет натуральный с маслом 70/5	70/5		1 959,512	163,786	142,246	6,039
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром 200/15/7	200/15/7		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином 18	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Обед (2н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов 200	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н4д)	53	Гарнир	Макароны отварные 180	180		236,975	7,971	2,543	45,550
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Обед (2н4д)	206	Закуска	Салат из моркови с яблоком 100	100		47,995	0,368	0,111	11,382
Обед (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Обед (2н4д)	204	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 250/1	250/1		177,726	7,308	6,071	23,464
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н4д)	174	Фрукт	Яблоки 100	100		53,290	0,270	0,130	12,760

Директор _____ / Чуркина О. А.

Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА СВО 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	149	Хлеб белый	Батон нарезной с йодказеином 18	18		48,600	1,638	0,216	10,026
Завтрак (2н4д)	216	Каша	Омлет натуральный с маслом 70/5	70/5		1 959,512	163,786	142,246	6,039
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром 200/15/7	200/15/7		61,763	0,044	0,012	15,370
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	72	Напиток	Компот из сухофруктов 200	200		64,724	0,024	0	16,157
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Обед (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Обед (2н4д)	212	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 200/1	200/1		130,983	5,909	3,916	18,027
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688

Директор _____ / Чуркина О. А.

Утверждаю

Директор _____ /_____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Ст школа завтрак с допл 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (2н4д)									
Завтрак (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Завтрак (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Завтрак (2н4д)	164	Закуска	Салат из моркови с яблоком 60	60		41,918	0,333	2,098	5,426
Завтрак (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Завтрак (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688
Завтрак (2н4д)	142	Напиток	Чай с лимоном и сахаром 200/15/7	200/15/7		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор _____ / Изуткина О.А

Утверждаю

Директор_____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Ст школа обед с допл 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед (2н4д)									
Обед (2н4д)	52	Гарнир	Макароны отварные 150	150		207,821	6,928	2,423	39,576
Обед (2н4д)	148	2 блюдо	Медальон из филе птицы 50	50		328,085	25,460	21,717	7,697
Обед (2н4д)	117	Соус	Соус томатный 30	30		17,493	0,187	0,844	2,288
Обед (2н4д)	212	1 блюдо	Суп гороховый с зеленью 200/1	200/1		130,983	5,909	3,916	18,027
Обед (2н4д)	138	Хлеб черный	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5	32,5		90,291	3,521	1,495	15,688
Обед (2н4д)	342	Напиток	Чай с лимоном и сахаром 200/15/7	200/15/7		61,763	0,044	0,012	15,370

Директор _____ Цуркина О.Н.

Утверждаю

Директор _____

Меню №МПОБ-003612
на 28 сентября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 2 неделя 4 день (четверг)

Прием пищи	№ рецепта	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий-ность	Белки	Жиры	Углеводы
.			Завтрак (2н4д)						
Завтрак (2н4д)	9	бутерброд	Бутерброд с колбасой в/к 20/15	20/15		85,050	3,320	2,490	12,340
Завтрак (2н4д)	1	Напиток	Чай с сахаром 200/15	200/15		47,990	0	0	11,998

Директор _____ / Изуткина О.А.