

МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

МЕНЮ НА «1» мая 2021 г

Стоимость 49 руб 63 копейки



Утверждаю:  
 Г.В.Бибеева  
 Директор

С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	Масса порций (в граммах, мл)	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
200	200	200	Каша дружба	3,09	4,07	36,98	229,8	0,08	0,57	0,05	0,41	66,05	79,85	19,02	0,5				
250	250	250	Рассольник	7,11	2,35	29,25	299,31	0,23	5,81	0	0	38,08	87,18	35,3	2,03				
100	100	100	Яблоко 1 шт	1,5	0,1	21,8	89,0	0,04	10,0	0,12	0,4	8,0	28,0	42,0	60,0				
200	200	200	Компот из сухофруктов	0,20	0,00	32,60	132,00	18,00	0,00	4,29	0,60	0,00	0,00	0,00	0,02				
70	70	70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66				

Ответственный за горячее питание Досымова Г.Н.Осооскова

Повар Друшва О.А.Дужкина

МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

МЕНЮ НА «12» мая 2021 г

Стоимость 49 руб 63 копейки

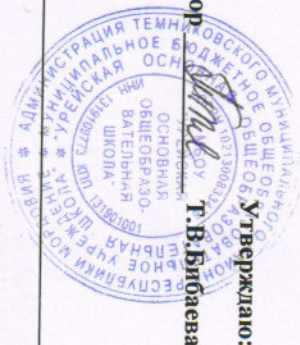
С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	Масса порций (в граммах, мл)	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
100	100	100	Салат из св. капусты с зелеными горошком	1,41	5,08	9,02	87,4	0,03	32,45	0,001	0,001	37,37	27,61	15,16	0,51						
100	100	100	Пюре отварная	12,13	17,4	9,86	245,0	0,05	0,33	80,0	0,0	70,	132,38	19,25	1,26						
250	250	250	Суп картофельный с пшеном	8,61	8,4	14,34	167,25	0,1	9,11	15,0	0	45,3	176,53	47,53	1,26						
200	200	200	Компот из свеж. яблок	0,2	0,0	14,0	28,0	0,0	2,1	0,0	0,0	0,0	12,0	0,0	14,0						
180	180	180	Макароны	7,28	0,76	48,78	212,32	0,16	0,0	28,0	0,0	12,96	49,56	29,16	1,48						
70	70	70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66						

Ответственный за горячее питание Васильева Г.Н.Осооква

Повар Друшнина О.А.Дужина

Директор М.И.М. Т.В.Бидяева

Утверждено:



МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

МЕНЮ НА «13» мая 2021 г. Стоимость 49 руб 63 копейки

Масса порций (в граммах, мл)	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
С 7до 11 лет	С 12 лет и старше																		
100	Салат из капусты с морковью	1,41	5,08	9,02	87,4	0,03	32,45	0,0	0,0	0,0	37,37	27,61	15,16	0,51					
250	Борщ со сметаной	1,81	4,91	125,25	298,5	0,05	10,29	0,0	0,0	0,0	44,38	53,23	26,25	1,19					
200	Плов из птицы	12,13	17,4	9,86	245,0	0,05	0,33	80,0	0,0	0,0	70,	132,38	19,25	1,26					
40	Пряник	2,32	2,6	28,64	134,32	0,032	0,01	0,0	0,0	0,0	9,0	41,0	0,1	0,6					
200	Какао с молоком	3,6	3,6	18,3	117,0	0,04	1,3	0,01	0,		112,0	90,0	14,0	0,56					
70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66		12	39	8,4	0,66					

Ответственный за горячее питание *Осетина* Г.Н.Ососкова

Повар *Артёмов* О.А.Дужина

Директор: *Т.В.Рыбаева*  
 Утверждено:  


МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

МЕНЮ НА «14» мая 2021 г

Стоимость 49 руб 63 копейки

Утверждено:  
 Директор *Т.В. Бибаева*  
 Т.В. Бибаева

С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
100	100	Салат из овощей	1,66	4,18	8,19	77,1	0,05	9,8	0,0	0,0	0,0	27,93	41,96	18,57	1,31					
250	250	Щи из свежей капусты	1,81	4,91	125,25	148,5	0,05	10,29	0,0	0,0	0,0	44,38	53,23	26,25	1,19					
200	200	Чай с лимоном	0,22	4,06	13,0	52,58	0,	0,56	0,0	0,0	0,0	2,86	0,0	0,0	0,08					
200	200	Гречка	6,21	5,28	32,79	182,7	0,15	0,0	20,0	0,0	0,0	12,2	147,7	98,1	3,32					
100	100	Котлета рыбная	13,3	4,7	9,59	133,75	0,09	0,43	26,25	0,0	0,0	53,38	183,5	30,0	0,74					
70	70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66						

Ответственный за горячее питание

*Осоцкая* Г.Н.Осоцкая

Повар

*Дуркина* О.А.Дуркина

МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

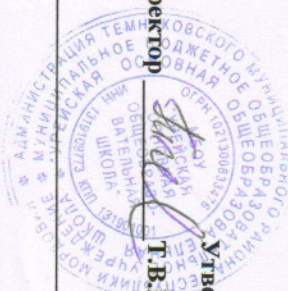
МЕНЮ НА «17» мая 2021 г

Стоимость 49 руб 63 копейки

Директор

Т.В.Вибаева

Утверждаю:



С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
100	100	Салат из свеклы с черносливом	0,9	3,9	8,88	74	0,024	3,24	0	1,68	24	30	16,2	0,9				
250	250	Суп гороховый	1,84	3,4	12,1	86,4	0,16	6,94	0,03	0,18	15,2	52,6	24	0,74				
200	200	Запеканка рисовая	10,23	17,56	24,22	278,92	0,18	13,6	0,01	0	25,04	204,06	48,32	3,09				
200	200	Чай с сахаром	12	3,06	13	62,8	0	0	0	0	11	3	1	0,3				
70	70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66				

Ответственный за горячее питание Осипова Г.Н.Ососкова

Повар Иринева О.А.Дужина

МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

МЕНЮ НА «18» мая 2021 г. Стоимость 49 руб 63 копейки

С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
100	100	Салат из св. капусты с зеленым горошком	1,41	5,08	9,02	87,4	0,03	32,45	0,001	0,001		37,37	27,61	15,16	0,51	
100	100	Гуляш из птицы	8,84	5,2	3,2	210,7	0,04	1,93	0	0,005		19,8	16,46	122,13	1,87	
250	250	Суп овощной со сметаной	2	2,4	14,64	92,8	0,07	9,48	0	0,97		13,77	17,52	46,37	0,63	
200	200	Чай с лимоном	0,1	0	15,8	61	0	2,8	0	0		14,2	2	4	0,4	
180	180	Макароны	7,28	0,76	48,78	212,32	0,16	0,0	28,0	0,0		12,96	49,56	29,16	1,48	
70	70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66		12	39	8,4	0,66	

Ответственный за горячее питание Осипова Г.Н.Ососкова

Повар Осипова О.А.Лукина

Утверждено:  
 Директор Биссип Г.В.Бибасева



МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

Директор  Т.В. Библаева

Утверждаю:

МЕНЮ НА «19» мая 2021 г. Стоимость 49 руб 63 копейки

Масса порций (в граммах, мл)	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность (калорийность)	Витамины					Минеральные вещества						
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше																
120	Груша	0,4	0,3	9,5	56	0,002	5	0	0	19	16	12	2,3				
250	Борщ со сметаной	1,81	4,91	125,25	298,5	0,05	10,29	0,0	0,0	44,38	53,23	26,25	1,19				
200				9,86	245,0	0,05	0,33	80,0	0,0	70,	132,38	19,25	1,26				
200	Запеканка из творога	16,6	23,54	25,9	397,1	0,072	0,72	0,178	0,6	318,8	345,4	39,7	0,91				
200	Какао с молоком	3,6	3,6	18,3	117,0	0,04	1,3	0,01	0,	112,0	90,0	14,0	0,56				
70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66				

Ответственный за горячее питание Г.Н.Осокова

*Осокова*

Повар

*Осокова* О.А.Дужина

МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

МЕНЮ НА «20» мая 2021 г

Стоимость 49 руб 63 копейки

С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	Масса порций (в граммах, мл)	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
100	100	100	Салат из капусты	2.2	4.5	10.25	95	0,02	21.65	0	0	0	58.83	0	20.53	0.75	
250	250		Суп уха	13.1	6	21.3	142.2	0,2	27.5	0	0	0	47.6	120	0	1.3	
200	200		Компот из сухофруктов	0,5	0.2	22.2	96	0.03	4.3	0	0.1	22	14	16	1.1		
200	200		Гречка	6,21	5,28	32,79	182,7	0,15	0,0	20,0	0,0	12,2	147,7	98,1	3,32		
100	100		Йогурт 1шт	5.1	4,6	0.3	63	0,03	0	0.1	0,2	22	5	77	1		
70	70		Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66		

Ответственный за горячее питание

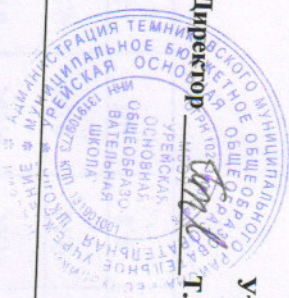
*Овешова*

Г.Н.Осооскова

Повар

*Суршова*

О.А.Дужкина



Директор

Т.В.Бибаева

Утверждаю:

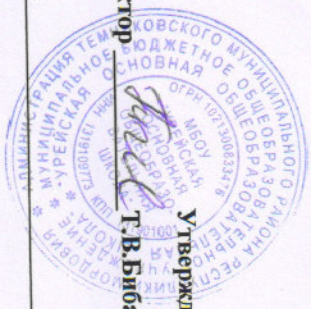


МБОУ «Урейская основная общеобразовательная школа»

МЕНЮ НА «21» май 2021 г

Стоимость 49 руб 63 копейки

Утверждаю:  
 Директор  
 Т.В. Бибаева



Масса порций (в граммах, мл)	С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	Наименование блюда	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества					
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
110	110	110	Мандарин	0,9	0	9,06	93	0	2,6	0,03	0,61	4,67	0	0	0	0			
200	200	200	Компот из яблок	0,16	0,16	15,8	46,72	0,01	0,5	0,0	0,0	28	19	7	1,5				
200	200	200	Каша рисовая молочная	8,98	19,46	97,1	360	0,045	1,06	0,06	0,21	55,5	27,9	127	0,453				
250	250	250	Суп с макар. изделиями	2,67	2,5	33,67	167	0,08	0,06	0,0	0,0	13,67	0	20,92	0,87				
70	70	70	Хлеб ржано-пшеничный	4,56	0,48	29,52	140	0,01	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66				

Ответственный за горячее питание Осетова Г.Н., Ососкова

Повар Фурцева О.А. Лукина