

"Согласовано"  
 и.о. Директора  
 МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №10" г. Дзержинск Нижегородской области  
 Подпись ФИО  
 Даниловский П.С.

## Меню на 27.10.2023

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	----------	-----------	---------	-------	------	-----------

### Холодные блюда

№6/2004г. Б-д с колб." Сервелат Финский"	20/25	18,53	139.5	4.77	7.43	13.34
95,612 /04г. Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/	50/50	29,61	173	5.8	8.3	14.83
№ 24 сб.2017г. Салат из свежих помидоров и огурцов зел.	100/1	15,53	85	0.9	7.1	3.9
Сб,2004г, №76 Икра баклажанная/зел./	100/1	24,95	90	18	5.2	8.3
№250 Кабачки жареные /смет./зел./	100/10/1	34,86	110	1.3	7.7	8.5
сборник 78/04Л. Икра свекольная /зелень/	100/1	17,00	13.93	2.4	7.6	13
№45 Салат свежей 2017г капуста с зел.	100/1	13,02	60.4	1.31	3.25	6.47
66/17 М. Салат из моркови с изюмом	100	17,82	109	1.7	3.1	18.8
табл.24/94 Яблоко	100	13,20	47	10.4	0.4	19.8
таб. 24 сб. Виноград свеж.	100	28,70	72	0.6	0.6	15.4
табл 24 /1С Нектарин	100	18,00	45	0.9	0.1	9.5
629/04 Л. Лимон с сахаром	30/10	12,18	67.6	8.26	0.04	15.48
674/ 04Л. Яблоки печеные	75	14,70	120.7	0.22	0.15	30.1

### Первые блюда

102/17 М. Суп картофельный с горохом	250	11,13	177	6.2	5.6	22.3
--------------------------------------	-----	-------	-----	-----	-----	------

### Вторые блюда

293/17 М. Птица жареная	100	63,38	215	18.7	15.3	0.6
294/2017г Котлеты рублен. из птицы /филе/	90	57,09	198	15.62	8.55	14.54
№377 Рыба жареная / минтай филе/	100	44,60	160	19.6	6.8	4.2
сб.04Л. 377/04 Л. Рыба жареная горбуша /филе/	100	72,76	160	9.3	6.8	14.2
№392 сб Пельмени отв. со сметаной	200/20	87,80	352	19.6	13	37.2
17г.М. 484 сб. Перец фарш. мясом	97/38	82,02	162	10.7	9.5	8.7
2004 г рисом / соус	110	120,33	252.2	24.2	23.8	14
Акт отраб. 07.09.202 2г. Отбивная нат.школьная с сыр из ф/ птицы/помид./						

№254 сб	Тыква с яблоками	105	28,04	108	1.1	6.4	115
2004	жареная						
379/94г.	Эскалоп/свин./	85	122,36	343.15	17.1	52.6	

## Диетические

129 сб 17	Капуста отварная с	100/5/1	42,20	44	1.42	3.36	2.11
М.	маслом/ цветная/						
256/2017	Мясо тушеное/	50/50	109,39	225	15.2	17.38	2.56
М	говядина/						
366/04г.	Запеканка	100/20	86,38	239	15	13.3	13.7
	творожная со						
175/2017	Каша мол. из риса и	200/10	20,28	260	6.08	11.18	33.48
	пшена "Дружба" с/с.						

## Гарниры

302/17 М.	Каша пшенная	150	13,50	229.5	6.6	5.7	37.8
№302/17	Каша гречневая	150	18,03	243.8	8.59	6.12	38.64
312 сб.17	Картофельное пюре	150	24,40	137.3	3.06	4.8	20.43

## Мучные изделия

№339	Блинчики с	110/20	45,26	384	4.4	8.47	64.2
сб.17г.М.	фруктовым фаршем						
	со сгущен.						
№413/2017	Пицца школьная	100	47,87	299	9.89	16.25	28.3
747/2004	Сосиска запеч. в тесте	55/50	41,50	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури	75	52,02	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские						
418 сб2017	Слойка с повидлом	100	20,29	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт.	Слойка с молоком	110	36,72	357	7.59	10.27	58.62
пр.	сгущенным вареным/						
05.10.23 г.	шоколад.кокос/						
Акт конт.	Слойка с маковой	120	29,76	333.3	3.17	11.79	50.72
пр.	начинкой						
	Пирожки печ. из	75	30,87	88	2.42	1.06	17.11
№408.471	прес.сл. теста с						
/17 М.	вишневым фаршем						
774/2004	Булочка сдобная с	100	20,90	340	7.3	8.8	57.9
	помадой /шок. сах./						
ТТК № 3	Булочка с сыром	60	15,92	218	5.48	6.52	34.4
766/2004	Сдоба обыкновенная	100	16,00	262	7.76	4.72	47.1
685	Пирожок печеный с	60	9,35	153	3.91	4.7	23.75
,723,687	картофелем						
741/764/04	Ватрушка с творогом	75	24,71	202	9.22	5.48	29.18
№405,470	Пирожок печ. сд. с	100	17,92	92	1.82	2.04	16.62
,406	яблоками						
№741 сб	Ватрушка с	75	16,76	253	4.97	9.2	39.6
2004	конфитюром						
№687/	Пирожок печеный с	60	43,49	172	8.43	6.22	20.35
685/фарш	мясом						
№793/2004	Кекс столичный	75	40,87	323	4.57	13.84	43.06
№806/2004	Корж молочный	75	13,76	286	4.89	8.43	47.68
№572	Сочни из песочного	55	21,35	201	9.7	21.34	20.9
/1973	теста						
№573	Бисквитный пирог с	100	31,92	285	4.57	13.84	43.06
/1973г.	повидлом						
699 сб	Кулебяка с капустой	300	55,84	570	19.5	16.3	103.8
1994	свежей						
ту9115-001	Хлебный батон	50	4,31	116.9	4.5	1.15	23.5
Гост 2077-1	Хлеб Бородинский	25	1,95	57.5	1.4	0.27	12.35

## Напитки

Акт контр. проработк 684/685/04	Кисель из ягод заморожен.	200	10,79	142	0.4		33.8
684,686 сб	Чай с сахаром	200/15	5,08	60	0.07	0.02	15
	Чай с лимоном	200/15/7	7,64	60	0.07	0.02	15
	Чай Черный пакет б/с 2гр*	200	12,00	60	0.07	0.02	15
	Чай Зеленый пакет б/с 2гр*	200	12,00	60	0.07	0.02	15
	Чай Фруктовый пакет б/с 2 гр*	200	12,00	60	0.07	0.02	15
	Сахар	15г.	2,28	60			15
Таб. 24 сб 1994 г	Сок/ нектар 0.2 в ассортименте	1 шт	31,25	40			12
	Напиток не газ. "СЕНЕЖСКАЯ+малина	1 шт	33,68	15			4.5
	"Сенежская+пимон-Напиток негаз.	1шт.	23,70	1			0.2
	"Холодный Чай "Т.З. Fruktomania 0,5л в ассортименте	1 шт	48,08	45			11
Гост 28188- 2014	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0.33 л в ассорт.	1 шт	48,56	30			7.6
Гост 28188- 2014	Напиток б/а ТМ"Magic fruit" (Мейджик фрвт) 0.43	90гр	39,05	199.7	0.2	0.1	11.5
	Пюре ФрутоНяня 90гр в ассорт. 1/12*	125гр	20,63	45			11.25
	Пюре ФрутоНяня Малышам с трубочкой. 125 гр*	1 шт	32,45	65.7	2.7	2.1	9
Гост 28188-	Молочный Коктейль 0.2 ФрутоНяня в Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36,25				

## Сладкие кондитерские изделия

	Батончик ваф.Джумка с мяг. карамелью и возд. куклvзкой 37 гр 1/60	37 гр	26,48	860	2.6	11.2	23.6
	"Вафельное дражке. покрытое мол.шок.глаз." Yota 40 гр 1/192	40гр	32,21	212	2.2	12.8	22.4
	Дражке Yota хруст. шарик малина/белая глазvрь 40гр 1/192	40гр	42,94	188	2.2	8.8	25.2
	Молочный шоколад "Baby fox" 45 гр 1/30	45 гр	39,35	256.5	3.6	17.1	22.05
	Мармелад жев. Baby Fox в асс. 30гр 1/90	30 гр.	14,31	93	1.65	0.06	21.3
	Мармелад жев." HIPPO BODI&FRIENDS" в	30 гр.	14,31	93	1.65	0.06	21.3

**Комплекс 1 Завтрак**

175/2017	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200/10	20,28	260	6.08	11.18	33.48
15/2017М	Сыр полутвердый	15	21,76	54	3.48	4.43	
14 сб.2017	Масло слив.	10	14,08	66	0.08	7.25	0.13
ту 9115-00	Хлебный батон	44	3,82	105.21	4.05	1.035	21.15
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3,31	54	0.05	0.015	13.5
табл.24/94	Яблоко	100	13,20	47	10.4	0.4	19.8
<b>Итого комплекс 1:</b>		572	76,45	586.21			

**Комплекс 2 Завтрак**

293/17 М.	Птица жареная	100	63,38	215	18.7	15.3	0.6
302/17 М.	Каша пшенная	180	16,21	329.4	7.7	12.42	44.6
таб. 24 сб	Помидор свеж.	30	3,82	7.2	0.33	0.06	0.42
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,41	93.52	3.6	0.92	18.8
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3,31	54	0.05	0.015	13.5
<b>Итого комплекс 2:</b>		543	90,13	699.12			

**Комплекс 3 Обед**

102/2017	Суп картофельный с г. М горохом	200	8,90	116.6	4.39	4.21	13.23
294/2017г	Котлеты рублен. из птицы /филе/	90	57,09	198	15.62	8.55	14.54
№302/17	Каша гречневая	150	18,03	243.8	8.59	6.12	38.64
табл.24/94	Огурец свеж.	60	9,83	6.6	0.42	0.06	0.42
ТУ9115-00	Хлебный батон	22	1,91	46.76	1.57	0.2	19.32
Гост 2077-1	Хлеб Бородинский	20	1,56	46	1.12	0.22	9.9
Акт кон. пр от	Кисель из ягод замороз.	180	9,71	105.3	0.12	0.043	22.08
<b>Итого комплекс 3:</b>		722	107,03	763.06			

**Комплекс 4 Обед**

102/17 М.	Суп картофельный с горохом	250	11,13	177	6.2	5.6	22.3
498/582/0	Котлета руб. из птицы/ филе / с/с	60/40	41,93	223	18	16.7	12.5
№302/2017	Каша гречневая	180	21,64	292.6	10.3	7.3	46.37
Сб.1994 г	Огурец свеж.	50	8,19	5.5	0.35	0.05	0.35
ТУ9115-00	Хлебный батон	27	2,37	58.45	2.25	0.575	11.75
Гост 2077-1	Хлеб Бородинский	20	1,56	46	1.12	0.22	9.9
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3,31	54	0.05	0.015	13.5
<b>Итого комплекс 4:</b>		820	90,13	856.55			

**Комплекс 5 Завтрак**

175/2017	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200/10	20,28	260	6.08	11.18	33.48
15/2017М	Сыр полутвердый	15	21,76	54	3.48	4.43	
14 сб.2017	Масло слив.	10	14,08	66	0.08	7.25	0.13
ту 9115-00	Хлебный батон	44	3,82	105.21	4.05	1.035	21.15
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3,31	54	0.05	0.015	13.5
табл.24/94	Яблоко	100	13,20	47	10.4	0.4	19.8
<b>Итого комплекс 5:</b>		572	76,45	586.21			

**Комплекс 6 Обед**

102/2017	Суп картофельный с г. М горохом	200	8,90	116.6	4.39	4.21	13.23
294/2017г	Котлеты рублен. из птицы /филе/	90	57,09	198	15.62	8.55	14.54

№302/17	Каша гречневая	150	18,03	243.8	8.59	6.12	38.64
табл.24/94	Огурец свеж.	60	9,83	6.6	0.42	0.06	0.42
ТУ9115-00	Хлебный батон	22	1,91	46.76	1.57	0.2	19.32
Гост 2077-1	Хлеб Бородинский	20	1,56	46	1.12	0.22	9.9
Акт кон.	Кисель из ягод	180	9,71	105.3	0.12	0.043	22.08
пр от	заморож.						
<b>Итого комплекс 6:</b>		722	107,03	763.06			

### Комплекс 7 Завтрак

293/17 М.	Птица жареная	100	63,38	215	18.7	15.3	0.6
302/17 М.	Каша пшеничная	180	16,21	329.4	7.7	12.42	44.6
таб. 24 сб	Помидор свеж.	30	3,82	7.2	0.33	0.06	0.42
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,41	93.52	3.6	0.92	18.8
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3,31	54	0.05	0.015	13.5
<b>Итого комплекс 7:</b>		543	90,13	699.12			

### Комплекс 8 Обед

102/17 М.	Суп картофельный с горохом	250	11,13	177	6.2	5.6	22.3
294/2017г	Котлеты рублен. из птицы /филе/	90	57,09	198	15.62	8.55	14.54
№302/2017	Каша гречневая	180	21,64	292.6	10.3	7.3	46.37
т.24/1994	Помидор св.	60	7,65	47	0.66	0.12	0.84
ТУ9115-00	Хлебный батон	24	2,08	58.45	2.25	0.575	11.75
Гост 2077-1	Хлеб Бородинский	25	1,95	57.5	1.4	0.27	12.35
707/ 2004	Сок фруктовый" Мой"	200	24,64	88	0.4	0.4	9.8
<b>Итого комплекс 8:</b>		829	126,18	918.55			

### Комплекс 9 Обед

102/2017	Суп картофельный с г. М горохом	200	8,90	116.6	4.39	4.21	13.23
294/2017г	Котлеты рублен. из птицы /филе/	90	57,09	198	15.62	8.55	14.54
№302/17	Каша гречневая	150	18,03	243.8	8.59	6.12	38.64
табл.24/94	Огурец свеж.	60	9,83	6.6	0.42	0.06	0.42
ТУ9115-00	Хлебный батон	22	1,91	46.76	1.57	0.2	19.32
Гост 2077-1	Хлеб Бородинский	20	1,56	46	1.12	0.22	9.9
Акт кон.	Кисель из ягод	180	9,71	105.3	0.12	0.043	22.08
пр от	заморож.						
<b>Итого комплекс 9:</b>		722	107,03	763.06			

### Комплекс 10 Завтрак

175/2017	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200/10	20,28	260	6.08	11.18	33.48
15/2017М	Сыр полутвердый	15	21,76	54	3.48	4.43	
14 сб.2017	Масло слив.	10	14,08	66	0.08	7.25	0.13
ту 9115-00	Хлебный батон	44	3,82	105.21	4.05	1.035	21.15
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3,31	54	0.05	0.015	13.5
табл.24/94	Яблоко	100	13,20	47	10.4	0.4	19.8
<b>Итого комплекс 10:</b>		572	76,45	586.21			

### Комплекс 20 (диета)

15/2017М	Сыр полутвердый	15	21,76	54	3.48	4.43	
173/2017	Каша мол.гречневая б/сах.	200/10	36,32	246	9.6	13.2	40.6
гос 2077-8	Хлеб Бородинский	40	3,11	60	2.24	0.432	19.75
375,377/17	Чай без сахара	200	1,40	2			0.5
табл.24/94	Яблоко	105	13,86	49.3	0.42	0.42	10.3
<b>Итого комплекс 20:</b>		570	76,45	411.3			