

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

Петрова Т.В.
МОУ СШ № 80
г. Ярославль



Меню

7-11 лет

1 неделя

1 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Блинчики с джемом 150/45	195	9,23	14,99	92,22	535,11
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак		500	9,88	15,45	117,18	645,07
Обед						
	Суп вермишелевый с мясом 240/10	250	4,4	9,74	15,08	165,81
	Тефтели с соусом 70/50	120	10,12	23,68	17,4	323,6
	Рис отварной	150	3,82	3,91	40,02	210,56
	Напиток из сухофруктов	200	0,44	0,02	25,77	112,66
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,6	60
Итого за Обед		750	20,73	37,65	110,87	872,63
Полдник						
	Рулет эстонский	100	12,56	14,94	46,39	370,99
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Полдник		300	13,56	15,14	66,59	462,99
Итого за день		1 550	44,17	68,24	294,64	1 980,69

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.
Милишников П.А.
Стремянова Ю.Ю.
Стремянова Ю.Ю.
Игнашева А.А.
Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ 80

Хитрова Т.В.



Меню



7-11 лет

1 неделя

2 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Каша "Дружба" жидкая	250	8,03	8,39	45,75	291,71
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Сыр порционный	10	2,6	2,61		34,4
	Какао на молоке витаминизированный	200	3,14	3,33	17,88	115,42
	Батон йодированный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	610	17,25	23,14	94,12	659,43
Обед						
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,2	5,23	10,19	97,56
	Гуляш из свинины	90	11,29	22,08	3,22	256,79
	Макаронные изделия отварные	150	7,13	4,32	45,54	249,74
	Компот из сливы	200	0,16	0,08	21,4	88
	Хлеб ржаной	35	2,28	0,35	14,7	70
	Итого за Обед	725	23,06	32,06	95,05	762,09
Полдник						
	Пирожок с яблоком	60	3,87	6,94	31,44	204,24
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7
	Итого за Полдник	370	5,31	7,58	62,42	347,94
	Итого за день	1 705	45,62	62,78	251,59	1 769,46

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80
Хитрова Т.В.

Меню

7-11 лет

1 неделя

3 день



Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Пудинг из творога с джемом 150/50	200	24,51	9,29	62,68	431,77
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96
	Батон йодированный	60	4,5	1,74	30,84	157,2
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	565	29,66	11,49	118,48	698,93
Обед						
	Суп картофельный с горохом	250	7,02	4,38	21,69	154,56
	Плов со свининой	220	14,45	28,57	52,38	525
	Напиток из шиповника с изюмом	200	0,6	0,14	23,22	101,22
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,6	60
	Итого за Обед	700	24,02	33,39	109,89	840,78
Полдник						
	Рулет эстонский	100	12,56	14,94	46,39	370,99
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Итого за Полдник	300	13,56	15,14	66,59	462,99
	Итого за день	1 565	67,24	60,02	294,96	2 002,7

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80
Хитрова Т.В.



Меню



7-11 лет

1 неделя

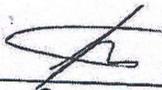
4 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Котлета рыбная	100	14,77	9,78	15,63	211,94
	Рис с овощами	200	4,64	9,34	46,51	288,94
	Чай с низким содержанием сахара с лимоном 200/5	205	0,25	0,06	10,17	43,01
	Батон йодированный	45	3,38	1,31	23,13	117,9
	Итого за Завтрак	550	23,04	20,49	95,44	661,79
Обед						
	Суп картофельный с яйцом	250	3,34	5,29	16,25	126,31
	Рагу из овощей со свининой	250	12,29	19,36	33,72	359,96
	Напиток из сухофруктов	200	0,44	0,02	25,77	112,66
	Хлеб ржаной	45	2,93	0,45	18,9	90
	Итого за Обед	745	19	25,12	94,64	688,93
Полдник						
	Пирожок с яблоком	60	3,87	6,94	31,44	204,24
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	110	0,44	0,44	10,78	51,7
	Итого за Полдник	370	5,31	7,58	62,42	347,94
	Итого за день	1 665	47,35	53,19	252,5	1698,66

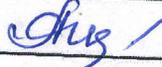
Директор

Бухгалтер

Зав. производством


Милишников П.А.


Стремянова Ю.Ю.


Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80

Китрова Т.В.



Меню



7-11 лет

1 неделя

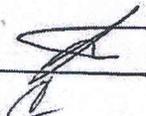
5 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Люля-кебаб из свинины.	100	15,81	29,8	12,06	379,74
	Макаронные изделия отварные	180	8,56	5,18	54,64	299,69
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96
	Батон йодированный	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Итого за Завтрак	515	26,87	35,91	97,28	820,99
Обед						
	Борщ со свежей капустой, картофелем	250	2,09	5,21	13,53	109,94
	Гуляш из свинины	90	11,29	22,08	3,22	256,79
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,6	5,24	34,32	214,55
	Компот из яблок	200	0,08	0,08	21,92	89,2
	Хлеб ржаной	35	2,28	0,35	14,7	70
	Итого за Обед	725	23,34	32,96	87,69	740,48
Полдник						
	Рулет эстонский .	100	12,56	14,94	46,39	370,99
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Итого за Полдник	300	13,56	15,14	66,59	462,99
	Итого за день	1 540	63,77	84,01	251,56	2 024,46

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

 Милишников П.А.

 Стремянова Ю.Ю.

 Игнашева А.А.