

"Согласовано"

Директор МОУ СШ


Китцева Т.В.



Меню 12-18

1 день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Курица в кисло-сладком соусе	90	11,7	5,0	12,6	144
Рис отварной с маслом сл.	200	4,6	6,0	48,2	269
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Батончик к чаю	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	550	19,9	12,3	98,9	592
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,9	8,9	15,0	156
Тефтели мясные с соусом красным основным	70/50	13,1	16,8	6,3	243
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,6	6,1	66,6	277
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7
Итого за Обед:	800	28,4	32,8	110,7	795
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Пирожок с яйцом и сыром	105	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	355	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1705	59,6	86,7	448,8	1795

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Козырева С.В.

Зав.производством  *Машчева А.А.*

"Согласовано"

Директор МОУ СШ № 80

Литреева Т.В.



Меню 12-18

II день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета мясная рубленая	90	13,0	11,0	7,0	183
Макароны отварные со сл.маслом	200	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низк.сод.сахара и лимоном	200/10/5	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	55	4,1	1,6	28,3	144,1
Итого за Завтрак:	560	24,9	17,6	93,5	639
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	280	8,1	4,3	11,9	156
Плов со курой	200	8,4	9,7	22,4	441
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Пирог творожный	50	42,0	3,1	32,0	156
Хлеб ржаной	60	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	800	63,8	19,1	101,8	949
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Хачапури с сыром	80	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	420	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1805	101,5	55,8	290,2	1882

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Козырева С.В.

Зав.производством  Машчева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ *№80*

Китрова Т.В. Китрова



Меню 12-18

III день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	21,8	9,4	27,9	282
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	60	4,5	1,7	30,8	157,2
Итого за Завтрак:	550	27,0	16,1	81,4	542
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	6,3	4,4	20,2	145
Рагу из овощей с курой	250	7,6	6,8	63,2	297
Чай с низким содержанием сахара и лимоном	200/10/5	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	40	4,5	1,7	30,8	157,2
Хлеб ржаной	45	4,7	1,8	23,4	142,5
Итого за Обед:	800	23,3	14,8	147,7	783
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Пирожок с яйцом и сыром	105	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	355	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1705	65,8	71,3	290,8	1732

Директор *[подпись]* Ивченко С.В.

Бухгалтер *[подпись]* Козырева С.В.

Зав.производством *[подпись]*

Анашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ *КСД*

Дитрова Т.В.



Меню 12-18
IV день I неделя



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из свинины	40/40	11,3	29,0	4,5	322
Рис отварной с маслом сл.	200	4,6	6,0	48,2	269
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	60	4,5	1,7	30,8	157,2
Итого за Завтрак:	555	20,7	36,7	98,5	809
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Свекольник	250	7,2	3,6	9,2	135
Тефтели мясные с соусом красным основным	70/50	13,1	16,8	6,3	243
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,2	5,1	48,3	268
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за Обед:	800	31,1	26,8	90,8	776
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Хачапури с сыром	80	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	380	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1735	59,7	83,1	271,3	2011

Директор *[подпись]* Ивченко С.В.

Бухгалтер *[подпись]* Козырева С.В.

Зав.производством *[подпись]* Дитрова А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

Литрова Т.В.



Меню 12-18

У день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета мясная рубленая	90	13,0	11,0	7,0	183
Макароны отварные со сл.маслом	200	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низким содержанием сахара и лимоном	200/10/5	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	55	4,1	1,6	28,3	144,1
Итого за Завтрак:	550	24,9	17,6	93,5	639
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с яйцом	280	3,9	5,8	20,0	148
Жаркое по-домашнему	250	10,8	27,3	31,8	416
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60
Хлеб ржаной	40	3,4	1,3	17,0	103,6
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за Обед:	815	20,5	35,3	99,2	806
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Пирожок с яйцом и сыром	105	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	355	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1705	59,6	73,9	322,8	1853

Директор *[Signature]* Ивченко С.В.

Бухгалтер *[Signature]* Козырева С.В.

Зав.производством *[Signature]* Машева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ № 80

Хитрова Т.В.



Меню 12-18

VI день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Плов со свиной	180	7,8	9,0	20,1	423
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Завтрак:	550	12,3	15,5	68,5	656
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	6,3	4,4	20,2	145
Гуляш из печени	100	16,0	18,0	21,0	185
Картофель тушеный	200	7,6	14,2	27,1	253
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Хлеб ржаной	50	4,3	1,7	21,3	129,5
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за Обед:	840	36,3	39,0	117,4	839
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Хачапури с сыром	80	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	280	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1670	77,0	97,1	356,6	2107

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Козырева С.В.

Зав. производством  Игнатова А.А.