

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

Итарева Т.В.



Меню 7-11

1 день 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная	250	8,6	8,6	28,9	266
Кофейный напиток с молоком	200	4,0	4,0	20,0	132
Масло сливочное порциями	10	0,1	9,0	0,0	101
Сыр порционный	20	4,6	7,6	4,0	134
Батончик к чаю	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за Завтрак:	505	19,2	29,9	65,8	698
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	200/10	3,0	6,0	11,0	112
Тефтели мясные с соусом красным основным	70/50	13,1	16,8	6,3	243
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,4	4,0	43,6	248
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32,0	133
Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8
Итого за Обед:	700	24,9	27,6	101,4	788
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:	1560	46,6	69,7	348,9	1692

Директор *[подпись]* Ивченко С.В.

Бухгалтер *[подпись]* Козырева С.В.

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

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

Китрева Т.В.



Меню 7-11

II день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Оладьи со сгущенным молоком	105/25	9,9	12,5	43,1	262
Фрукт	1 шт	7,9	4,4	39,5	189
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Бутерброд с сыром	10/40	5,1	3,8	23,1	148
Итого за Завтрак:	500	23,1	20,7	115,7	640
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,8	3,9	10,5	143
Плов со курой	200	8,4	9,7	22,4	441
Кукуруза	10	0,7	0,2	8,3	63
Напиток из шиповника с изюмом	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	45	3,8	1,5	19,1	116,6
Итого за Обед:	705	20,7	15,3	83,2	854
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:	1585	52,5	45,9	233,8	1920

Директор *[подпись]* Ивченко С.В.

Бухгалтер *[подпись]* Козырева С.В.

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

"Согласовано"

Директор МОУ СШ *W80*

Хитрова Т.В.



Меню 7-11
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
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	55	4,7	1,8	23,4	142,5
Итого за Обед:	755	18,6	13,0	129,7	674
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:	1660	58,1	61,9	265,7	1649

Директор *[Signature]* Ивченко С.В.

Бухгалтер *[Signature]* Козырева С.В.

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

"Согласовано"

Директор МОУ СШ №80

Литрова Т.В. *Литрова*



Меню 7-11
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.	150	1,4	2,0	16,9	148
Кукуруза	10	0,7	0,2	8,3	63
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:	515	18,1	32,9	75,5	751
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Свекольник	200	5,8	2,9	7,4	108
Тефтели мясные с соусом красным основным	70/50	13,1	16,8	6,3	243
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,4	4,0	43,6	248
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7
Итого за Обед:	700	27,9	24,7	93,0	767
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:	1595	51,7	75,8	250,4	1944

Директор *Ивченко С.В.*

Бухгалтер *Козырева С.В.*

Зав. производством *Игнаткина А.А.*

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

Литерова Т.В.



Меню 7-11

V 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	185	7,0	4,6	44,6	251
Чай с низким содержанием сахара и лимоном	200/10/5	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	60	4,5	1,7	30,8	157,2
Итого за Завтрак:	550	24,7	17,3	92,4	632
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с яйцом	250	3,9	5,8	20,0	148
Жаркое по-домашнему	200	10,8	27,3	31,8	416
Огурец соленый	25	0,3	1,3	9,7	78
Напиток из шиповника с изюмом	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7
Итого за Обед:	705	17,6	35,4	97,2	671
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:	1610	64,3	60,2	289,8	1711

Директор *Ивченко С.В.* Ивченко С.В.

Бухгалтер *Козырева С.В.* Козырева С.В.

Зав.производством *Гнашева А.А.* Гнашева А.А.