

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

Ю. Ю. Ивченко



Меню 12-18

1 день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак										
Шницель из свинины	90	13,1	16,8	6,3	229					
Рис отварной	200	4,6	6,0	48,2	269					
Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	61,0					
Батончик к чаю	45	3,4	1,3	23,1	117,9					
Итого за Завтрак:	550	17,9	22,8	69,5	558,8					
Обед										
Суп с макаронными изделиями и курой 250/10	260	4,9	8,9	15,0	156					
Тефтели мясные с соусом красным основным 70/50	120	13,1	16,8	6,3	243					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,2	5,1	48,3	268					
Чай с низк.сод.сахара и лимоном 200/10/5	215	0,0	0,0	12,0	48					
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80,0					
Итого за Обед:	815	27,8	31,2	98,4	795,0					
Полдник										
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88					
Пирожок с яйцом	75	4,8	3,8	43,0	195					
Печенье	50	2,0	7,5	34,0	125					
Итого за Полдник:	325	6,8	11,3	97,0	408					
Итого за день:						1690	31,0	67,9	281,1	1762

Директор *Ивченко С.В.* Ивченко С.В.

Бухгалтер *Стремянова Ю.Ю.* Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством *Игнашева А.А.*

Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80



Меню 12-18

II день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Люля-кебаб из курицы	90	19,0	9,0	11,0	198
Макароны отварные	200	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Завтрак:	550	30,5	15,5	94,9	641
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Солянка по-домашнему со сметаной	280	14,3	15,2	20,3	198
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными свежими 250/20	270	10,8	27,3	31,8	416
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	60	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	820	30,4	44,5	87,6	810
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с конфитюром	75	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	385	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1755	61,5	58,1	249,6	1877

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством _____ Ивашева А.А.

"Согласовано"


Директор МОУ СШ



Меню 12-18
III день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы	
Завтрак					
Пудинг из творога с джемом 140/25	165	21,8	9,4	27,9	282
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	60	4,5	1,7	30,8	157,2
Итого за Завтрак:	550	27,0	16,1	86,4	562
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	280	6,3	5,9	20,2	166
Котлета рыбная	100	12,7	18,7	54,5	234
Пюре картофельное	180	4,0	6,0	26,5	178
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,0	0,0	12,0	55
Хлеб ржаной	60	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	830	28,1	32,6	138,7	788
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Пирожок с яблоками	100	4,8	3,8	43,0	195
Печенье	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	350	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1730	99,1	90,7	346,5	1758

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



Меню 12-18
IV день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из свинины 45/45	90	11,3	29,0	4,5	322
Каша гречневая рассыпчатая	200	7,2	5,1	48,3	268
Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	61,0
Оладьи	35	2,1	3,4	14,5	97,0
Батон йодированный	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за Завтрак:	580	23,8	38,7	102,9	853
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	280	7,8	3,9	10,5	143
Плов со свининой	200	8,4	9,7	22,4	441
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,0	0,0	12,0	55
Хлеб ржаной	60	5,1	2,0	25,5	155,4
Пирог творожный	50	42,0	3,1	32,0	156
Итого за Обед:	800	63,3	18,7	102,4	775
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с яйцом	75	4,8	3,8	43,0	195
Итого за Полдник:	385	5,3	8,8	75,7	344
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1765	65,2	79,2	385,7	1972

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



80 *Ивченко С.В.* *Хитрова*



Меню 12-18

У день II 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
Рис отварной	200	4,6	6,0	48,2	269
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,0	0,0	12,0	55
Батон йодированный	50	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	550	21,0	18,3	90,3	625
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Свекольник	280	7,2	3,6	9,2	135
Гуляш из кури	100	13,0	10,8	3,6	164
Макароньы отварные	180	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,0	0,0	12,0	55
Хлеб ржаной	60	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	830	32,9	21,4	98,5	776
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Пирожок с конфитюром	75	9,0	17,0	22,0	277
Печенье	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	325	11,0	24,5	76,0	490
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1705	70,5	88,9	372,5	1891

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ


В. Хитрева



Меню 12-18

VI день I I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными свежими 200/35	235	10,8	27,3	31,8	416
Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	35	2,6	1,0	18,0	91,7
Яблоко	110	0,5	5,0	12,7	61
Итого за Завтрак:	595	14,1	33,3	77,5	630
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Рассольник ленинградский	250	5,3	9,6	15,3	156
Гуляш из печени	100	16,0	18,0	21,0	185
Каша гречневая рассыпчатая	200	7,2	5,1	48,3	268
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	55	4,7	1,8	23,4	142,5
Итого за Обед:	800	33,4	34,5	118,0	792
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с яблоками	100	4,8	3,8	43,0	195
Итого за Полдник:	410	5,3	8,8	75,7	344
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1805	66,4	74,6	302,0	1766

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством  Игнашева А.А.