

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Ивченко С.В.*



Меню 12-18

1 день 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из свинины с макаронными изделиями отварными 90\200	290	17,8	31,1	52,2	561
Сыр порционный	10	2,3	3,0	0,0	36
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	10,0	41
Батончик к чаю	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	560	23,7	35,4	85,3	756
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой 250/10	260	4,9	8,9	15,0	156
Шницель из свинины	100	14,6	18,7	7,0	254
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,8	5,5	59,9	249
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	21,0	100,0
Итого за Обед:	800	29,8	33,6	112,9	800
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Пирожок с яйцом	75	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	325	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1685	59,6	86,7	448,8	1964

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Титова В.В. Хитрова*



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					
Каша "Дружба" молочная	250	8,6	8,6	28,9	266
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с сахаром 200\15	215	0,2	0,0	15,0	61,0
Бутерброд с сыром и маслом 10\10\40	60	5,4	11,4	20,7	206,8
Итого за Завтрак:	635	14,7	25,0	77,3	595
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	5,6	5,3	18,0	148
Рагу из овощей со свиной	250	7,6	8,3	61,3	347
Компот из яблок	200	0,2	0,2	23,8	97,6
Хлеб ржаной	35	2,6	0,4	16,8	80,0
Итого за Обед:	735	16,0	14,2	119,9	673
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 конфитуром	75	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	375	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1745	52,5	45,9	233,8	1694

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



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 с джемом 140\25	165	21,8	9,4	27,9	282
Яблоко	1шт	0,5	5,0	12,7	61
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
Итого за Завтрак:	525	25,1	15,4	73,6	496
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	8,7	4,4	11,8	160
Плов со свининой	200	8,4	19,7	22,4	300
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32,0	133
Хлеб ржаной	55	3,6	0,6	23,1	110,0
Итого за Обед:	710	21,4	24,7	89,3	703
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
Кондитерское изделие в инд.упак.	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:	1585	58,1	61,9	265,7	1649

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Ивченко* *И.В. Игнатова*



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					
Котлета мясная рубленая с кашей гречневой 90\180	270	18,9	10,1	60,9	412
Чай с сахаром, лимоном 200\15\10	225	0,2	0,0	15,2	63
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	540	22,5	11,4	99,2	593
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Рассольник ленинградский	250	5,3	9,6	15,3	156
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными свежими 220\25	245	10,8	27,3	31,8	416
Компот из ягод с\м	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	35	2,6	0,4	16,8	80,0
Итого за Обед:	730	18,7	37,3	86,8	742
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:	375	5,3	8,8	75,7	344
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1645	51,7	75,8	250,4	1679

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством  Игнатова А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



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 рыбная с картофельным пюре с овощами свежими 90\150\25	265	16,7	24,7	90,0	412
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за Завтрак:	520	18,8	25,4	112,9	518
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	6,0	6,8	21,3	169
Гуляш из курицы	90	13,0	10,8	3,6	164
Макаронные изделия отварные	150	6,3	4,2	40,2	226
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	35	2,6	0,4	16,8	80,0
Итого за Обед:	730	28,1	22,2	91,9	671
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
Кондитерское изделие в инд.упак.	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:	1575	64,3	60,2	289,8	1679

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.