

"Согласовано"

Директор МОУ СПШ



Меню 7-11

I день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Оладьи с джемом 105/45	150	9,9	12,5	43,1	262
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с низк.сод.сахара и лимоном 200\10\5	215	0,2	0,0	12,0	48
Батончик к чаю	30	2,6	1,0	18,0	91,7
Итого за Завтрак:	615	13,2	18,5	85,8	463
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	90	13,1	16,8	6,3	229
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,7	4,6	50,0	208
Чай с сахаром 200\15	215	0,2	0,0	15,0	61,0
Хлеб ржаной	45	2,9	0,5	18,9	90,0
Итого за Обед:	760	26,8	30,7	105,2	744
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:	1700	46,6	69,7	348,9	1692

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____ *Иванова А.А.* Иванова А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Иванченко С.В.*



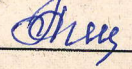
Меню 12-18

II день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Тефтели мясные с соусом красным основным с рисом отварным и овощами консервированными 70\50\200\15	335	17,7	22,8	54,5	512
Чай с низк.сод.сахара и лимоном 200\10\5	215	0,2	0,0	12,0	48
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	595	21,3	24,1	89,6	678
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	280	6,3	5,9	20,2	166
Рагу из овощей со свининой	250	7,6	8,3	61,3	347
Чай с сахаром, лимоном 200\15\5	220	0,2	0,0	15,2	63
Хлеб ржаной	35	3,3	0,5	21,0	100,0
Батон йодированный	30	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за Обед:	805	20,4	15,9	138,3	781
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:	375	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1805	101,5	55,8	290,2	1882

Директор  Иванченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



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 с джемом и яблоком 140\25\110	275	22,3	14,4	40,6	343
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	561
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	280	8,7	4,4	11,8	160
Плов со свининой	250	8,4	9,7	22,4	441
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:	800	22,4	16,0	69,7	797
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:	1700	65,8	71,3	290,8	1767

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



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					
Котлета мясная рубленая с кашей гречневой рассыпчатой 90\200	290	20,3	21,9	54,6	497
Чай с сахаром, лимоном 200\15\5	220	0,2	0,0	15,2	63
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Завтрак:	555	24,3	23,4	95,5	691
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Рассольник ленинградский	280	5,3	9,6	15,3	156
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными свежими 250/20	270	10,8	27,3	31,8	416
Чай с низким содержанием сахара	210	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	40	4,1	1,6	28,3	144,1
Итого за Обед:	800	20,4	38,5	85,4	776
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:	1730	59,7	83,1	271,3	1811

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Митшенца А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



Меню 12-18

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 натуральными свежими 90\180\25	295	16,7	24,7	81,0	412
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	45	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за Завтрак:	550	20,3	26,0	108,0	557
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	280	6,0	6,8	21,3	169
Гуляш из курицы 50\50	100	13,0	10,8	3,6	164
Макаронные изделия отварные	180	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	15,0	61,0
Хлеб ржаной	30	3,9	0,6	25,2	120,0
Итого за Обед:	800	30,7	23,2	113,3	785
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:	1705	59,6	73,9	322,8	1831

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  Машова А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Ивченко С.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	7,0	8,1	18,0	380
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	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	550	11,1	14,4	68,8	620
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с яйцом	250	3,9	5,8	20,0	148
Гуляш из печени	100	12,0	12,0	6,0	180
Картофель тушеный	200	7,6	14,2	27,1	253
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	50	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	800	28,8	34,0	88,6	778
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:	400	5,3	8,8	75,7	344
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1750	77,0	97,1	356,6	2107

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством  *Минашева А.А.*