

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



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 с рисом отварным 90\200	290	17,7	22,8	54,5	498
Чай с низк.сод.сахара и лимоном 200\10\5	215	0,0	0,0	12,0	48
Батончик к чаю	55	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	560	21,1	24,1	89,6	663,9
Цена комплекса 75-00 руб.					
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	50	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	825	30,3	32,8	107,1	870,4
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
Печенье	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:	1710	31,0	67,9	281,1	1942

Директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер

Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством

Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



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 с макаронными изделиями отварными 90\200	290	19,3	10,0	60,8	415
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	23,3	11,5	96,5	587
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	270	10,8	27,3	31,8	416
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,0	0,0	12,0	55
Хлеб ржаной	40	4,7	1,8	23,4	142,5
Итого за Обед:	800	29,8	44,3	87,5	811
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:	1735	61,5	58,1	249,6	1824

Директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер

Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством

Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Ивченко*



Меню 12-18

III день II недели

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					
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	40	4,7	1,8	23,4	142,5
Итого за Обед:	810	27,7	32,4	136,6	775
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:	1710	99,1	90,7	346,5	1745

Директор *Ивченко С.В.*

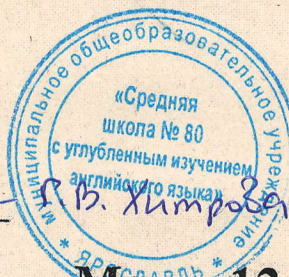
Бухгалтер *Стремянова Ю.Ю.*

Зав.производством *Игнашева А.*

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Ивченко*



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 с кашей гречневой рассыпчатой 90\200	290	18,5	34,1	52,8	590
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	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	580	24,2	38,8	105,4	866
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	19,7	22,4	300
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	28,7	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	1985

Директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер

Стремянова Ю.Ю.

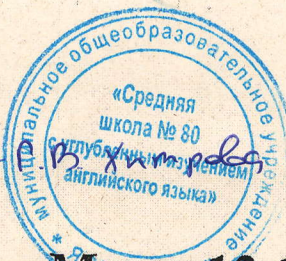
Зав.производством

Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

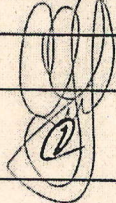
80 Тирета



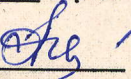
Меню 12-18

V день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета мясная рубленая с рисом отварным 90\200	290	17,6	17,0	55,2	452
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	8,0	4,0	21,0	152
Гуляш из куриы	90	13,0	10,8	3,6	164
Макаронные изделия отварные	180	6,8	4,5	43,4	244
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,0	0,0	12,0	48
Хлеб ржаной	50	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	810	32,9	21,3	105,5	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:	1685	70,5	88,9	372,5	1891

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



Меню 12-18

VI день I I недели

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\30	230	10,8	27,3	31,8	416
Чай с сахаром 200\15	215	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Итого за Завтрак:	595	14,5	33,5	80,1	643
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	40	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	1779

Директор Ивченко С.В.

Бухгалтер Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством Игнашева А.А.