

"Согласовано"
 Директор МОУ СШ



Меню 7-11

1 день II неделя

Прием пищи; наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчики с джемом 150\40	190	4,2	5,7	86,1	392
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,2	0,0	10,0	41
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Итого за Завтрак:	510	4,9	10,7	108,8	493,95
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	150	6,0	4,3	40,3	223
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32,0	133
Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	21,0	100,0
Итого за Обед:	780	27,96	30,6	114,6	855,1
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:	1615	39,66	52,6	320,4	1757,05

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____ Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Иванов*



Меню 7-11

II день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная	250	9,9	9,8	9,8	167
Какао с молоком витаминизированное	200	3,6	2,9	20,1	120
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Масло сливочное	10	0,1	7,3	1,1	66
Батон йодированный	55	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	625	17,5	26,3	66,9	531,9
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Солянка по-домашнему со сметаной	250	12,7	13,6	18,1	177
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными свежими 220/20	240	10,8	27,3	31,8	416
Компот из ягод с/м	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	25	2,3	0,4	14,7	70,0
Итого за Обед:	720	25,8	41,3	87,5	753
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:	1730	52,8	89,5	209,1	1710,7

Директор *Иванов* Ивченко С.В.

Бухгалтер *Стремянова* Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством *Игнашева* Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Лифкина Хитрова*




Меню 7-11

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 140\25	155	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	35	2,6	1,0	18,0	91,7					
Итого за Завтрак:	515	25,1	15,4	73,6	496,1					
Обед										
Суп картофельный с горохом	250	7,6	5,3	18,0	150					
Котлета рыбная	90	12,7	18,7	54,5	234					
Пюре картофельное	150	3,3	5,0	22,0	148					
Чай с низким содержанием сахара 200\10	210	0,0	0,0	12,0	48					
Хлеб ржаной	20	2,9	0,5	18,9	90,0					
Итого за Обед:	720	26,5	29,4	125,4	670,0					
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					
Итого за день:						1585	58,5	56,1	296,0	1574,1

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремлянова Ю.Ю.

Зав. производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



Меню 7-11
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\150	240	16,2	30,4	44,3	513
Чай с сахаром, лимоном 200\15\10	225	0,2	0,0	15,2	63
Бутерброд с сыром 10\40	50	4,6	3,9	15,4	114,6
Итого за Завтрак:	515	21	34,3	74,9	690,6
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:	705	21,4	24,7	89,3	702,8
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:	1605	63,3	68,2	382,6	1737

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



Меню 7-11 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\150	240	16,6	21,3	42,5	431
Чай с низк.сод.сахара и лимоном 200\10\5	215	0,2	0,0	12,0	48
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Завтрак:	505	20,6	22,8	80,2	610
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Свекольник	250	7,2	3,6	9,2	135
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	0,0	0,0	12,0	48
Хлеб ржаной	20	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за Обед:	720	29,5	19,7	85,5	677,2
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:	1550	62,4	120,0	283,0	1777

Директор *Ивченко С.В.* Ивченко С.В.

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

Зав.производством *Игнашева А.А.* Игнашева А.А.