

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

80 *Ивченко С.В.*



## Меню 7-11

I день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
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	25	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>12,9</b>	<b>18,4</b>	<b>83,2</b>	<b>450</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Обед</b>					
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	25	1,6	0,3	10,5	50,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>740</b>	<b>25,5</b>	<b>30,5</b>	<b>96,8</b>	<b>704</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за Полдник:</b>	<b>325</b>	<b>6,8</b>	<b>11,3</b>	<b>97,0</b>	<b>408</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Итого за день:</b>	<b>1565</b>	<b>46,6</b>	<b>69,7</b>	<b>348,9</b>	<b>1692</b>

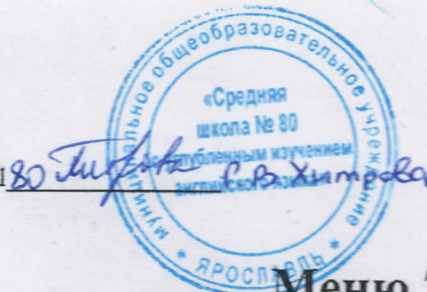
Директор *Ивченко С.В.*

Бухгалтер *Стремянова Ю.Ю.*

Зав.производством *Игнашева А.А.*

"Согласовано"


Директор МОУ СШ



## Меню 7-11

### II день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Каша "Дружба" молочная	250	8,6	8,6	28,9	266
Сыр порционный	15	3,5	4,5	0,0	54
Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	30	2,6	1,0	18,0	91,7
Яблоко	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>620</b>	<b>15,4</b>	<b>19,1</b>	<b>74,6</b>	<b>534</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Обед</b>					
Рассольник ленинградский	250	5,3	9,6	15,3	156
Рагу из овощей со свининой	250	7,6	8,3	61,3	347
Компот из яблок	200	0,2	0,2	23,8	97,6
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>740</b>	<b>15,7</b>	<b>18,5</b>	<b>117,2</b>	<b>681</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за Полдник:</b>	<b>375</b>	<b>9,5</b>	<b>22,0</b>	<b>54,7</b>	<b>426</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Итого за день:</b>	<b>1735</b>	<b>52,5</b>	<b>45,9</b>	<b>233,8</b>	<b>1640</b>

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	
<b>Завтрак</b>					
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 низким содержанием сахара 200/10	210	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	20	1,9	0,7	12,9	65,5
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>24,4</b>	<b>15,1</b>	<b>63,5</b>	<b>450</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с горохом	250	5,6	5,3	18,0	148
Плов со свининой	200	6,7	7,8	17,9	353
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	55	3,6	0,6	23,1	110,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>705</b>	<b>15,9</b>	<b>13,6</b>	<b>82,0</b>	<b>701</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за Полдник:</b>	<b>350</b>	<b>6,8</b>	<b>11,3</b>	<b>97,0</b>	<b>408</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Итого за день:</b>	<b>1560</b>	<b>58,1</b>	<b>61,9</b>	<b>265,7</b>	<b>1649</b>

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

*И. В. Хитрова*



## Меню 7-11 IV день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Котлета мясная рубленая	90	13,0	11,0	7,0	183
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,2	5,1	48,3	268
Чай с сахаром, лимоном 200/15/5	220	0,2	0,0	15,2	63
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>535</b>	<b>23,8</b>	<b>17,4</b>	<b>93,6</b>	<b>632</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Обед</b>					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	6,0	6,8	21,3	169
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными свежими 220/35	255	10,8	27,3	31,8	416
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32,0	133
Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	14,7	70,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>740</b>	<b>19,7</b>	<b>34,6</b>	<b>99,8</b>	<b>788</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за Полдник:</b>	<b>375</b>	<b>5,3</b>	<b>8,8</b>	<b>75,7</b>	<b>344</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Итого за день:</b>	<b>1650</b>	<b>51,7</b>	<b>75,8</b>	<b>250,4</b>	<b>1764</b>

Директор *Ивченко С.В.* Ивченко С.В.

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

Зав.производством *Агашева А.А.* Агашева 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	
<b>Завтрак</b>					
Котлета рыбная	90	12,7	18,7	54,5	234
Пюре картофельное с овощами натуральными свежими 150/30	180	4,0	6,0	26,5	178
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>19,1</b>	<b>25,6</b>	<b>106,4</b>	<b>532</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	8,7	4,4	11,8	160
Гуляш из курицы	90	13,0	10,8	3,6	164
Макаронные изделия отварные	150	6,3	4,2	40,2	226
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
<b>Итого за Обед:</b>	<b>750</b>	<b>31,2</b>	<b>19,8</b>	<b>89,4</b>	<b>671</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за Полдник:</b>	<b>325</b>	<b>11,0</b>	<b>24,5</b>	<b>76,0</b>	<b>490</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Итого за день:</b>	<b>1585</b>	<b>64,3</b>	<b>60,2</b>	<b>289,8</b>	<b>1693</b>

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством  Гнашева А.А.