

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



## Меню 7-11

I день II недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Блинчики с джемом 150/35	185	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
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>4,9</b>	<b>10,7</b>	<b>108,8</b>	<b>493,95</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
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	35	2,3	0,4	14,7	70,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>765</b>	<b>26,94</b>	<b>30,45</b>	<b>108,3</b>	<b>825,1</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>1595</b>	<b>38,64</b>	<b>52,45</b>	<b>314,1</b>	<b>1727,05</b>

Директор \_\_\_\_\_ Ивченко С.В.

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством \_\_\_\_\_ Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



## Меню 7-11

### II день II недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная	250	9,9	9,8	9,8	167
Масло сливочное	10	0,1	7,3	1,1	66
Какао с молоком витаминизированное	200	3,6	2,9	20,1	120
Яблоко	110	0,5	5,0	12,7	61
Батон йодированный	20	1,9	0,7	12,9	65,5
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>590</b>	<b>16,0</b>	<b>25,7</b>	<b>56,6</b>	<b>479,5</b>
<b>Обед</b>					
Солянка по-домашнему со сметаной	250	12,7	13,6	18,1	177
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными свежими 220/25	245	10,8	27,3	31,8	416
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	14,7	70,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>730</b>	<b>25,8</b>	<b>41,3</b>	<b>87,5</b>	<b>753</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>385</b>	<b>9,5</b>	<b>22,0</b>	<b>54,7</b>	<b>426</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1705</b>	<b>51,3</b>	<b>88,9</b>	<b>198,8</b>	<b>1658,3</b>

Директор \_\_\_\_\_ Ивченко С.В.

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством \_\_\_\_\_ Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

*80*



## Меню 7-11

### III день II 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>449,9</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с горохом	250	5,6	5,3	18,0	148
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	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	21,0	100,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>750</b>	<b>25,1</b>	<b>29,5</b>	<b>125,5</b>	<b>671,2</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>Итого за день:</b>	<b>1605</b>	<b>56,3</b>	<b>55,9</b>	<b>286,0</b>	<b>1529,0</b>

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством  Игнашева А.А.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

*80* *Ивченко*



**Меню 7-11**  
**IV день I I неделя**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Гуляш из свинины	90	10,2	26,1	4,0	290
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	4,3	40,3	223
Сыр порционный	10	2,3	3,0	0,0	36
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
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>21,69</b>	<b>34,51</b>	<b>79,86</b>	<b>714,9</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
Плов со свининой	220	9,2	10,7	24,6	485
Чай с низк.сод.сахара и лимоном 200/10/5	215	0,2	0,0	12,0	48
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,6	60,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>715</b>	<b>20,1</b>	<b>15,4</b>	<b>61,0</b>	<b>753,0</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>385</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>1605</b>	<b>63,3</b>	<b>68,2</b>	<b>382,6</b>	<b>1812</b>

Директор \_\_\_\_\_

*Ивченко С.В.*

Бухгалтер \_\_\_\_\_

*Стремянова Ю.Ю.*

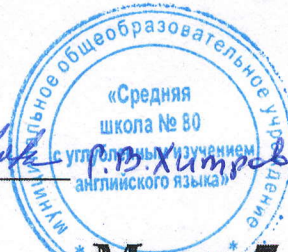
Зав.производством \_\_\_\_\_

*Игнашева А.А.*

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

*80 Титар*  
*Т.В. Хитрова*



## Меню 7-11

V день II 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
Рис отварной	150	3,5	4,6	36,0	201
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
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>19,8</b>	<b>16,9</b>	<b>78,1</b>	<b>557</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Обед</b>					
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	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	55	3,6	0,6	23,1	110,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>755</b>	<b>30,3</b>	<b>19,1</b>	<b>86,1</b>	<b>675,4</b>
<b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>					
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Пирожок с конфитуром	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>1580</b>	<b>62,4</b>	<b>120,0</b>	<b>283,0</b>	<b>1722</b>

Директор *Ивченко С.В.*

Бухгалтер *Стремянова Ю.Ю.*

Зав. производством *Игнашева А.А.*