



Меню 7-11

I 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 _____



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
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
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
Итого за день:					
	1730	52,8	89,5	209,1	1710,7

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____



Меню 7-11

III день II неделя

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
Цена комплекса 75-00 руб.					
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
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:	1585	58,5	56,1	296,0	1574,1

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____



Меню 7-11

IV день II недели

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 свиной	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 _____



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 кури	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.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____



Меню 12-18

I 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 _____



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 _____



Меню 12-18
III день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы	
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	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 _____

"Согласовано"
Директор МОУ СШ



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 _____

"Согласовано"


Директор МОУ СШ




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 курицы	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 _____



Меню 12-18

VI день I I неделя

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 _____