

"Согласовано"

Директор МОУ СШ _____



Меню 7-11

І день ІІ неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша пшенная молочная	250	9,9	9,8	9,8	167
Какао с молоком витаминизированное	200	3,6	2,9	20,1	120
Батончик к чаю	45	3,8	1,5	25,7	131
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Итого за Завтрак:	605	17,8	19,2	68,3	479
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,9	8,9	15,0	156
Тефтели мясные с соусом красным основным	70/50	13,1	16,8	6,3	243
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,0	4,3	40,3	223
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,7	0,1	32,0	133
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,4	40,0
Батончик к чаю	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за Обед:	770	25	30	94	848
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
Кондитерское изделие в инд.упак.	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:	1700	49,21	60,55	258,9	1734,5

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"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	
Завтрак					
Курица в кисло-сладком соусе	90	11,7	5,0	12,6	144
Макароны отварные со сл.маслом	150	6,3	4,2	40,2	226
Сыр порционный	10	2,3	3,0	0,0	36
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за Завтрак:	500	23,6	13,3	83,3	552
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Солянка по-домашнему со сметаной	250	12,7	13,6	18,1	177
Жаркое по-домашнему	250	10,8	27,3	31,8	416
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	35	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Обед:	735	26,9	42,2	96,0	801
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с конфитюром	75	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	375	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1610	59,9	77,5	234,0	1778,2

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СШ _____



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	130/25	21,8	9,4	27,9	282
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за Завтрак:	505	24,4	15,1	68,5	470
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
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	0,0	0,0	12,0	55
Хлеб ржаной	35	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Обед:	735	25,0	30,3	129,7	703
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
Кондитерское изделие в инд.упак.	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:	1590	56,2	56,7	295,1	1581

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СПИ _____



Меню 7-11
IV день I I недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из свинины	90	10,2	26,1	4,0	290
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	6,0	4,3	40,3	223
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Оладьи	35	2,1	3,4	14,5	97,0
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за Завтрак:	515	20,4	34,5	86,7	737
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	9,7	22,4	441
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Обед:	700	20,9	15,5	82,8	822
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с яйцом	75	4,8	3,8	43,0	195
Итого за Полдник:	350	5,3	8,8	75,7	344
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1565	63,3	68,2	382,6	1903

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СПШ _____



Меню 7-11

V день II неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
Блинчики с джемом	135/45	9,9	12,5	43,1	262
Фрукт	1 шт	7,9	4,4	39,5	189
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Итого за Завтрак:	500	18,0	16,9	92,6	492
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
Макароны отварные со сл.маслом	150	6,3	4,2	40,2	226
Чай с сахаром, лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	63
Хлеб ржаной	35	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Обед:	745	30,1	19,9	91,3	705
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
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	350	11,0	24,5	76,0	490
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1595	62,4	120,0	283,0	1687

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СШ _____



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	90	13,1	16,8	6,3	229
Рис отварной с маслом сл.	200	4,6	6,0	48,2	269
Кукуруза	10	0,7	0,2	8,3	63
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батончик к чаю	40	3,8	1,5	25,7	131
Итого за Завтрак:	550	18,6	23,0	72,8	602
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,9	8,9	15,0	156
Тефтели мясные с соусом красным основным	70/50	13,1	16,8	6,3	243
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,2	5,1	48,3	268
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	30	3,6	0,6	23,1	110,0
Итого за Обед:	800	29,0	31,4	102,7	818
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
Кондитерское изделие в инд.упак.	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:	1675	31,0	67,9	281,1	1828

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СШ _____



Меню 12-18

II день II недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Курица в кисло-сладком соусе	90	11,7	5,0	12,6	144
Макароны отварные со сл.маслом	200	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низк.сод.сахара и лимоном	200/10/5	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	560	22,8	11,3	93,9	574
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 консервированными	250/20	10,8	27,3	31,8	416
Чай с низким содержанием сахара	200/10	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
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с конфитюром	75	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	375	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1735	61,5	58,1	249,6	1811

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СШ _____



Меню 12-18

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	21,8	9,4	27,9	282
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с сахаром	200/15	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	562
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	280	6,3	5,9	20,2	166
Котлета рыбная	90	12,7	18,7	54,5	234
Пюре картофельное	180	4,0	6,0	26,5	178
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,0	0,0	12,0	55
Хлеб ржаной	40	4,7	1,8	23,4	142,5
Итого за Обед:	800	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
Кондитерское изделие в инд.упак.	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:	1700	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	100	11,3	29,0	4,5	322
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	7,2	5,1	48,3	268
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,0	0,0	12,0	55
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	555	21,9	35,4	87,9	763
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	9,7	22,4	441
Чай с низким содержанием сахара	200/10	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	18,7	102,4	775
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с яйцом	75	4,8	3,8	43,0	195
Итого за Полдник:	350	5,3	8,8	75,7	344
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1705	65,2	79,2	385,7	1882

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	90	13,0	11,0	7,0	183
Рис отварной с маслом сл.	200	4,6	6,0	48,2	269
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Завтрак:	550	21,2	18,3	93,3	631
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
Макароны отварные со сл.маслом	200	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,0	0,0	12,0	55
Хлеб ржаной	50	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	800	32,9	21,4	98,5	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
Кондитерское изделие в инд.упак.	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:	1675	70,5	88,9	372,5	1897

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СШ _____



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	250	10,8	27,3	31,8	416
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Итого за Завтрак:	620	14,9	33,6	82,6	656
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 с маслом	200	7,2	5,1	48,3	268
Чай с низким содержанием сахара	200/10	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
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Пирожок с яблоками	100	4,8	3,8	43,0	195
Итого за Полдник:	350	5,3	8,8	75,7	344
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1770	66,4	74,6	302,0	1792

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством _____