

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**

Категория питающихся: с 7-11 лет пищ.аллергия 1

Сезон

Весна-лето

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	200	6/7/35/228	ЛАК0019	Каша рисовая вязкая на воде с маслом раст.	170	5/7/15/158
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		480	11/14/79/512	Завтрак ИТОГО		510	8/7/49/373
Обед				Обед			
Б326260	Рассольник овощной б/с	200	2/3/13/118	Б326059	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/200
ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	150	4/6/27/215	Б326028	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	7/8/50/297
Б326010	Котлеты мясные с соусом томатным	90	7/6/7/117	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92				
Обед ИТОГО		720	19/21/82/663	Обед ИТОГО		700	16/20/115/762
Понедельник ИТОГО			30/35/161/1175	Понедельник ИТОГО			24/27/164/1135
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
Б325055	Картофель запеченный	200	5/6/52/280	ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая на растительном масле	200	11/7/46/299
Б326006	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	Б326002	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		540	16/10/76/485	Завтрак ИТОГО		540	23/12/70/524
Обед				Обед			
Б326056	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9/6/19/250	Б326229	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/259
Б326224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	150	7/8/19/216	Б326224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	8/9/22/245
КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	20	2/0/8/47	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92

КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Обед ИТОГО		700	23/27/93/811	Обед ИТОГО		700	24/21/98/1
Вторник ИТОГО			39/37/169/1296	Вторник ИТОГО			47/33/168/1
Среда Завтрак				Среда Завтрак			
ЛАК0001	Каша манная (без молока) на растительном масле	170	4/6/14/111	ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	170	5/6/30/194
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	55	4/1/21/129
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		510	7/6/41/363	Завтрак ИТОГО		525	9/7/66/432
Обед				Обед			
Б326057	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151	Б326061	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
ЛАКТ500	Каша гречневая рассыпчатая на растительном масле	150	8/5/35/224	КП26087	Каша перловая рассыпчатая	150	5/4/31/169
Б326002	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104	Б326006	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Обед ИТОГО		730	24/19/86/692	Обед ИТОГО		730	24/20/97/731
Среда ИТОГО			31/25/127/1055	Среда ИТОГО			33/27/163/1163
Четверг Завтрак				Четверг Завтрак			
Б326010	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130	Б326056	Суп картофельный с бобовыми и гречками	220	8/6/17/220
ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	170	4/6/31/244	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		510	15/13/60/495	Завтрак ИТОГО		500	13/13/61/504
Обед				Обед			
Б326211	Борщ с капустой и картофелем б/с	250	2/3/12/213	Б326057	Суп картофельный с вермишелью	230	2/4/15/174
Б326064	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	200	12/8/33/251	Б326055	Картофель запеченный	150	4/4/39/210
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	Б326014	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	1/5/4/115
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
				ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Обед ИТОГО		730	20/17/77/726	Обед ИТОГО		760	14/19/115/795
Четверг ИТОГО			35/30/137/1221	Четверг ИТОГО			27/32/176/1299
Пятница Завтрак				Пятница Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ЛК22566	Макароны отварные с маслом растительным	170	4/6/31/244
Б326224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	Б326063	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/146
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48

ЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		540	12/11/55/491	Завтрак ИТОГО		500	21/21/66/532
Обед				Обед			
БЗ26058	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	17/21/51/257	БЗ26062	Щи из свежей капусты с картофелем	230	2/5/25/213
БЗ26055	Картофель запеченный	150	4/4/39/210	БЗ26027	Гречка по-купечески	170	10/9/15/200
БЗ26006	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92				
Обед ИТОГО		730	36/35/150/847	Обед ИТОГО		700	20/22/87/689
Пятница ИТОГО			48/46/205/1338	Пятница ИТОГО			41/43/153/1221

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 36/34/162/1223

СОГЛАСОВАНО:

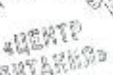
Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: Начальные классы

Сезон Весна-лето

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
КП26054	Каша "Дружба" молочная	200	6/7/35/228	КП26078	Каша рисовая молочная	170	4/8/27/192
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26113	Сырники из творога с яблочным соусом	90	5/5/14/146
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
КП26115	Масло сливочное (порциями)	10	0/7/1/66				
КП26116	Сыр "Голландский" порционный	10	3/3/0/35				
Завтрак ИТОГО		500	14/24/80/613	Завтрак ИТОГО		510	12/13/66/471
Понедельник ИТОГО			14/24/80/613	Понедельник ИТОГО			12/13/66/471
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
БЗ26055	Картофель запеченный	200	5/6/52/280	КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275
БЗ26006	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	БЗ26002	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		540	16/10/76/485	Завтрак ИТОГО		540	18/12/52/500
Вторник ИТОГО			16/10/76/485	Вторник ИТОГО			18/12/52/500
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
КП26079	Каша манная молочная	170	7/9/20/212	КП26054	Каша "Дружба" молочная	170	5/6/30/194
КП26114	Сырники из творога с соусом молочным	90	5/5/14/146	КП26200	Бутерброд с маслом и сыром(40/10/5)	40/10/5	6/6/16/162
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		510	15/14/52/528	Завтрак ИТОГО		525	11/12/61/465
Среда ИТОГО			15/14/52/528	Среда ИТОГО			11/12/61/465
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
БЗ26010	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130	БЗ26056	Суп картофельный с бобовыми и гречками	220	8/6/17/220
КП26091	Макароны отварные с маслом	170	4/6/31/244	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94

Завтрак ИТОГО		510	15/13/60/495	Завтрак ИТОГО		500	13/13/61/5
Четверг ИТОГО			15/13/60/495	Четверг ИТОГО			13/13/61/5
Пятница Завтрак				Пятница Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП26091	Макароны отварные с маслом	170	4/6/31/244
БЗ26224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	БЗ26063	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/14
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48
хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		540	12/11/55/491	Завтрак ИТОГО		500	21/21/66/53
Пятница ИТОГО			12/11/55/491	Пятница ИТОГО			21/21/66/53
Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал)		15/14/63/508					

13/13/61/2
13/13/61/5

4/6/31/244
13/15/20/14

1/0/0/48
3/0/15/94

1/21/66/5
1/21/66/5

Завтраки

Дни	Начальные классы				
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 ПОНЕДЕЛЬНИК	500	14	24	80	613
1 ВТОРНИК	530	16	14	51	470
1 СРЕДА	500	15	14	52	528
1 ЧЕТВЕРГ	500	15	13	60	495
1 ПЯТНИЦА	540	12	11	55	491
2 ПОНЕДЕЛЬНИК	500	12	13	66	471
2 ВТОРНИК	530	18	12	52	500
2 СРЕДА	525	11	12	61	465
2 ЧЕТВЕРГ	500	13	13	61	504
2 ПЯТНИЦА	500	21	21	66	533

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор общеобразовательного

Директор

Урманова Н.С.

Директор

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: Старшие классы

Весна-лето

Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя		
Понедельник				Понедельник		
Завтрак				Завтрак		
4 Каша "Дружба" молочная	230	7/8/40/262	КП26078	Каша рисовая молочная	210	5/10/34/237
55 Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26113	Сырники из творога с яблочным соусом	90	5/5/14/146
63 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
66 Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
65 Масло сливочное (порциями)	15	0/11/2/99				
65 Сыр "Голландский" порционный	15	4/4/0/52				
Завтрак ИТОГО	550	17/31/90/721		Завтрак ИТОГО	560	14/16/77/540
Понедельник ИТОГО		17/31/90/721		Понедельник ИТОГО		14/16/77/540
Вторник				Вторник		
Завтрак				Завтрак		
65 Картофель запеченный	200	5/6/52/280	КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275
68 Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8/4/3/84	Б326003	Котлеты куриные с соусом томатным	100	9/5/3/104
65 Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
618 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО	550	17/11/80/509		Завтрак ИТОГО	550	19/13/56/524
Вторник ИТОГО		17/11/80/509		Вторник ИТОГО		19/13/56/524
Среда				Среда		
Завтрак				Завтрак		
79 Каша манная молочная	170	7/9/20/212	КП26054	Каша "Дружба" молочная	200	6/7/35/228
14 Сырники из творога с соусом молочным	90	5/5/14/146	КП26200	Бутерброд с маслом и сыром(40/10/5)	40/10/5	6/6/16/162
12 Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
673 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО	510	15/14/52/528		Завтрак ИТОГО	555	12/13/66/499
Среда ИТОГО		15/14/52/528		Среда ИТОГО		12/13/66/499
Четверг				Четверг		
Завтрак				Завтрак		
11 Котлеты мясные с соусом томатным	100	8/7/8/130	Б326056	Суп картофельный с бобовыми и гречками	260	10/6/20/260
91 Макароны отварные с маслом	200	5/7/36/287	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
55 Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
618 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118

Завтрак ИТОГО		550	17/15/69/562	Завтрак ИТОГО		550	16/14/68/9
Четверг ИТОГО			17/15/69/562	Четверг ИТОГО			16/14/68/9
Пятница Завтрак				Пятница Завтрак			
кп26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	кп26091	Макароны отварные с маслом	200	5/7/36/287
Б326224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	Б326063	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	100	14/17/22/1
кп26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	кп26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48
хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		550	13/12/59/515	Завтрак ИТОГО		550	24/25/77/6
Пятница ИТОГО			13/12/59/515	Пятница ИТОГО			24/25/77/6

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 16/16/69/558

втраки

Дни	Старшие классы				
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК	550	17	31	90	721
ВТОРНИК	550	19	17	56	520
СРЕДА	550	18	17	60	602
ЧЕТВЕРГ	550	19	16	71	572
ПЯТНИЦА	550	13	12	59	515
ПОНЕДЕЛЬНИК	550	14	16	77	540
ВТОРНИК	550	20	14	58	534
СРЕДА	555	12	13	66	499
ЧЕТВЕРГ	550	16	14	68	568
ПЯТНИЦА	550	25	25	77	616

Прочитано и скреплено
печатью *Г. Шимов*
Ответственный повар

Ш. Нестеренко Н.И.
«*2*» *марта* 20*26* г г



СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: Начальные классы

Сезон

Весна-лето

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Обед				Обед			
Б326260	Рассольник овощной б/с	200	2/3/13/118	Б326059	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/200
КП26091	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215	Б326028	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	7/8/50/297
Б326010	Котлеты мясные с соусом томатным	90	7/6/7/117	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92				
Обед ИТОГО		720	19/21/82/663	Обед ИТОГО		700	16/20/115/762
Понедельник ИТОГО			19/21/82/663	Понедельник ИТОГО			16/20/115/762
Вторник				Вторник			
Обед				Обед			
Б326056	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9/6/19/250	Б326229	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/259
Б326224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	150	7/8/19/216	Б326224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	8/9/22/245
КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	20	2/0/8/47	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Обед ИТОГО		700	23/27/93/811	Обед ИТОГО		700	24/21/98/800
Вторник ИТОГО			23/27/93/811	Вторник ИТОГО			24/21/98/800
Среда				Среда			
Обед				Обед			
Б326057	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151	Б326061	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	150	5/5/21/206	КП26087	Каша перловая рассыпчатая	150	5/4/31/169
Б326002	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104	Б326006	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Обед ИТОГО		730	21/19/72/674	Обед ИТОГО		730	24/20/97/731
Среда ИТОГО			21/19/72/674	Среда ИТОГО			24/20/97/731
Четверг				Четверг			
Обед				Обед			
Б326211	Борщ с капустой и картофелем б/с	250	2/3/12/213	Б326057	Суп картофельный с вермишелью	230	2/4/15/174
Б326064	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	200	12/8/33/251	Б326055	Картофель запеченный	150	4/4/39/210

КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	Б326014	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	1/5/4/115
хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	кп26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/11
хлржэлв	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92	хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94
				хлржэлв	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Обед ИТОГО		730	20/17/77/726	Обед ИТОГО		760	14/19/115
Четверг ИТОГО			20/17/77/726	Четверг ИТОГО			14/19/115
Пятница Обед				Пятница Обед			
Б326058	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	17/21/51/257	Б326062	Щи из свежей капусты с картофелем	230	2/5/25/213
Б326055	Картофель запеченный	150	4/4/39/210	Б326027	Гречка по-купечески	170	10/9/15/20
Б326006	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	кп26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
кп26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
хлпшэлв	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	40	3/0/15/94	хлржэлв	Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115
хлржэлв	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92				
Обед ИТОГО		730	36/35/150/847	Обед ИТОГО		700	20/22/87/6
Пятница ИТОГО			36/35/150/847	Пятница ИТОГО			20/22/87/6
Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 22/22/99/750							

Об

Дни

1 П

1 В

1 С

1 Ч

1 П

2 П

2 П

2 Ч

2 П

2 Ч

Обеды

Дни	Начальные классы				
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 ПОНЕДЕЛЬНИК	720	19	20	83	672
1 ВТОРНИК	700	23	26	94	811
1 СРЕДА	720	21	18	73	674
1 ЧЕТВЕРГ	730	20	16	78	726
1 ПЯТНИЦА	720	36	37	132	836
2 ПОНЕДЕЛЬНИК	700	20	20	113	788
2 ВТОРНИК	700	24	20	99	800
2 СРЕДА	720	24	19	98	731
2 ЧЕТВЕРГ	720	13	20	95	761
2 ПЯТНИЦА	700	19	22	87	689

СОГЛАСОВАНО:

Директор общеобразовательного

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: Старшие классы

Весна-лето

Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя		
Понедельник				Понедельник		
Обед				Обед		
Рассольник овощной б/с	250	2/4/16/148	Б326059	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/200
Макароны отварные с маслом	180	4/7/32/258	Б326065	Макароны отварные с соусом болоньезе(180/50)	230	15/13/66/441
Котлеты мясные с соусом томатным	100	8/7/8/130	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
Чай с сахаром	200	0/0/6/27	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115				
Итого	830	22/26/99/796		Обед ИТОГО	765	24/25/131/90
Понедельник ИТОГО		22/26/99/796		Понедельник ИТОГО		24/25/131/90
Вторник				Вторник		
Обед				Обед		
Суп картофельный с бобовыми и грибами	250	9/6/19/250	Б326229	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/259
Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	210	10/11/27/302	Б326224	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	230	11/12/29/331
Компот яблочный	200	0/0/10/43	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	60	5/1/23/141
Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	60	5/8/21/138
Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Итого	800	29/32/116/991		Обед ИТОГО	800	31/27/120/97
Вторник ИТОГО		29/32/116/991		Вторник ИТОГО		31/27/120/97
Среда				Среда		
Обед				Обед		
Суп картофельный с вермишелью	250	2/4/17/189	Б326061	Суп-лапша домашняя	250	6/8/20/282
Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/247	КП26087	Каша перловая рассыпчатая	180	6/4/37/203
Котлеты куриные с соусом томатным	100	9/5/3/104	Б326008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8/4/3/84
Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115
Итого	830	25/23/88/800		Обед ИТОГО	830	28/24/115/8
Среда ИТОГО		25/23/88/800		Среда ИТОГО		28/24/115/8
Четверг				Четверг		
Обед				Обед		
Баранина с капустой и картофелем б/с	250	2/3/12/213	Б326057	Суп картофельный с вермишелью	250	2/4/17/189
Плов из перловой крупы с куриным фаршем	230	13/10/38/288	Б326055	Картофель запеченный	180	5/5/47/252

КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	Б326066	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	100	2/5/4/127
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	60	5/1/23/141	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/11
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	60	5/8/21/138	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	60	5/1/23/14
				ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	60	5/8/21/138
Обед ИТОГО		800	25/22/97/856	Обед ИТОГО		850	20/23/140
Четверг ИТОГО			25/22/97/856	Четверг ИТОГО			20/23/140
Пятница Обед				Пятница Обед			
Б326058	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	22/27/63/321	Б326062	Ци из свежей капусты с картофелем	250	2/6/27/232
Б326055	Картофель запеченный	180	5/5/47/252	Б326027	Гречка по-купечески	230	14/12/20/2
Б326008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8/4/3/84	КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	50	4/7/18/115				
Обед ИТОГО		830	44/44/178/1000	Обед ИТОГО		780	24/26/94/77
Пятница ИТОГО			44/44/178/1000	Пятница ИТОГО			24/26/94/77

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККап) 27/27/118/893

Об

1 ПО

1 ВТ

1 СР

1 ЧТ

1 П

2 П

2 В

2 С

2 Ч

2 П

Обеды

Дни	Старшие классы				
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 ПОНЕДЕЛЬНИК	830	23	27	101	817
1 ВТОРНИК	800	28	32	116	991
1 СРЕДА	830	25	24	90	810
1 ЧЕТВЕРГ	800	24	22	98	857
1 ПЯТНИЦА	830	45	50	156	1012
2 ПОНЕДЕЛЬНИК	800	26	27	145	995
2 ВТОРНИК	800	30	27	121	980
2 СРЕДА	830	29	26	116	895
2 ЧЕТВЕРГ	850	19	28	122	942
2 ПЯТНИЦА	800	25	27	102	826

И прошнуровано и скреплено
печатью *factum*

Ответственный повар

Нестеренко Н.И.

«20» сентября 2016 г г

