СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждениця _____

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Байбурин Р.В.

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

Категория питающихся: Начальные классы

Сезон Весна-лето

№ рец.	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			
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
65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	65	Хлеб пшеничный	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			
КП26090	Картофельное пюре	200	5/10/27/265	КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26003	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
65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94	65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		**540**	**16/14/51/470**	**Завтрак ИТОГО**		**540**	**18/12/52/500**
Вторник ИТОГО			**16/14/51/470**	**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
65	Хлеб пшеничный	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			
КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130	КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гренками	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
65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94	65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		**510**	**15/13/60/495**	**Завтрак ИТОГО**		**500**	**13/13/61/504**
Четверг ИТОГО			**15/13/60/495**	**Четверг ИТОГО**			**13/13/61/504**
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП26091	Макароны отварные с маслом	170	4/6/31/244
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	КП26050	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/147
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48
65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94	65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94
Завтрак ИТОГО		**540**	**12/11/55/491**	**Завтрак ИТОГО**		**500**	**21/21/66/533**
Пятница ИТОГО			**12/11/55/491**	**Пятница ИТОГО**			**21/21/66/533**

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 15/15/60/507

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:

Руководитель общеобразовательного учрежденича _____

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Байбурин Р.В.

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

Категория питающихся: Старшие классы

Сезон Весна-лето

№ рец.	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			
КП26054	Каша "Дружба" молочная	230	7/8/40/262	КП26078	Каша рисовая молочная	210	5/10/34/237
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26113	Сырники из творога с яблочным соусом	90	5/5/14/146
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118
КП26115	Масло сливочное (порциями)	15	0/11/2/99				
КП26116	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			
КП26090	Картофельное пюре	200	5/10/27/265	КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275
КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10/6/4/110	КП26004	Котлеты куриные с соусом томатным	100	10/6/5/114
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		**550**	**19/17/56/520**	**Завтрак ИТОГО**		**550**	**20/14/58/534**
Вторник ИТОГО			**19/17/56/520**	**Вторник ИТОГО**			**20/14/58/534**
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
КП26079	Каша манная молочная	210	9/11/24/262	КП26054	Каша "Дружба" молочная	200	6/7/35/228
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
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		**560**	**18/17/60/602**	**Завтрак ИТОГО**		**555**	**12/13/66/499**
Среда ИТОГО			**18/17/60/602**	**Среда ИТОГО**			**12/13/66/499**
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП26014	Котлеты мясные с соусом томатным	100	10/8/10/140	КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гренками	260	10/6/20/260
КП26091	Макароны отварные с маслом	200	5/7/36/287	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
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		**550**	**19/16/71/572**	**Завтрак ИТОГО**		**550**	**16/14/68/568**
Четверг ИТОГО			**19/16/71/572**	**Четверг ИТОГО**			**16/14/68/568**
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП26091	Макароны отварные с маслом	200	5/7/36/287
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	КП26050	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	100	15/17/22/163
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		**550**	**13/12/59/515**	**Завтрак ИТОГО**		**550**	**25/25/77/616**
Пятница ИТОГО			**13/12/59/515**	**Пятница ИТОГО**			**25/25/77/616**

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 17/18/68/569

Завтраки

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

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учрежденича _____

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Байбурин Р.В.

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

Категория питающихся: Начальные классы

Сезон Весна-лето

№ рец.	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			
КП26049	Рассольник овощной	200	2/3/13/127	КП26060	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/207
КП26091	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215	КП26042	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	11/9/47/316
КП26013	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	65	Хлеб пшеничный	45	4/1/17/106
65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94	ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95
ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95				
Обед ИТОГО		**720**	**19/21/85/675**	**Обед ИТОГО**		**700**	**20/21/115/791**
Понедельник ИТОГО			**19/21/85/675**	**Понедельник ИТОГО**			**20/21/115/791**
Вторник				Вторник			
Обед				Обед			
КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	9/6/19/250	КП26047	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/259
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	150	7/8/19/216	КП26094	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
65	Хлеб пшеничный	20	2/0/8/47	65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94
ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95	ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Обед ИТОГО		**700**	**23/27/96/814**	**Обед ИТОГО**		**700**	**24/21/101/803**
Вторник ИТОГО			**23/27/96/814**	**Вторник ИТОГО**			**24/21/101/803**
Среда				Среда			
Обед				Обед			
КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151	КП26061	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
КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104	КП26007	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
65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94	65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94
ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95	ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95
Обед ИТОГО		**730**	**21/19/75/677**	**Обед ИТОГО**		**730**	**24/20/100/734**
Среда ИТОГО			**21/19/75/677**	**Среда ИТОГО**			**24/20/100/734**
Четверг				Четверг			
Обед				Обед			
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/213	КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	200	12/8/33/251	КП26090	Картофельное пюре	150	4/7/20/199
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26018	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	1/5/4/115
65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95	65	Хлеб пшеничный	40	3/0/15/94
				ШК00129	Хлеб ржаной	40	3/6/17/95
Обед ИТОГО		**730**	**20/17/80/729**	**Обед ИТОГО**		**730**	**13/21/97/764**
Четверг ИТОГО			**20/17/80/729**	**Четверг ИТОГО**			**13/21/97/764**
Пятница				Пятница			

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учрежденича _____

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Байбурин Р.В.

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

Категория питающихся: Старшие классы

Сезон Весна-лето

№ рец.	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			
КП26049	Рассольник овощной	250	2/4/16/159	КП26060	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/207
КП26091	Макароны отварные с маслом	180	4/7/32/258	КП26096	Макароны отварные с соусом болоньезе(180/50)	230	15/13/66/441
КП26014	Котлеты мясные с соусом томатным	100	10/8/10/140	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	65	Хлеб пшеничный	60	5/1/23/141
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	ШК00129	Хлеб ржаной	60	5/8/26/142
ШК00129	Хлеб ржаной	50	4/7/21/118				
Обед ИТОГО		**830**	**24/27/104/820**	**Обед ИТОГО**		**800**	**27/27/149/998**
Понедельник ИТОГО			**24/27/104/820**	**Понедельник ИТОГО**			**27/27/149/998**
Вторник				Вторник			
Обед				Обед			
КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	9/6/19/250	КП26047	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/259
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	210	10/11/27/302	КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	230	11/12/29/331
КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный	60	5/1/23/141
ШК00129	Хлеб ржаной	50	4/7/21/118	ШК00129	Хлеб ржаной	60	5/8/26/142
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Обед ИТОГО		**800**	**29/32/119/994**	**Обед ИТОГО**		**800**	**31/27/125/983**
Вторник ИТОГО			**29/32/119/994**	**Вторник ИТОГО**			**31/27/125/983**
Среда				Среда			
Обед				Обед			
КП26059	Суп картофельный с вермишелью	250	2/4/17/189	КП26061	Суп-лапша домашняя	250	6/8/20/282
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/247	КП26087	Каша перловая рассыпчатая	180	6/4/37/203
КП26004	Котлеты куриные с соусом томатным	100	10/6/5/114	КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10/6/4/110
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118
ШК00129	Хлеб ржаной	50	4/7/21/118	ШК00129	Хлеб ржаной	50	4/7/21/118
Обед ИТОГО		**830**	**26/24/93/813**	**Обед ИТОГО**		**830**	**30/26/119/898**
Среда ИТОГО			**26/24/93/813**	**Среда ИТОГО**			**30/26/119/898**
Четверг				Четверг			
Обед				Обед			
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/213	КП26059	Суп картофельный с вермишелью	250	2/4/17/189
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	230	13/10/38/288	КП26090	Картофельное пюре	180	5/9/24/238
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26019	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	100	2/6/8/125
65	Хлеб пшеничный	60	5/1/23/141	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ШК00129	Хлеб ржаной	60	5/8/26/142	65	Хлеб пшеничный	60	5/1/23/141
				ШК00129	Хлеб ржаной	60	5/8/26/142
Обед ИТОГО		**800**	**25/22/102/860**	**Обед ИТОГО**		**850**	**20/28/126/945**
Четверг ИТОГО			**25/22/102/860**	**Четверг ИТОГО**			**20/28/126/945**
Пятница				Пятница			

Обед				Обед			
КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	22/27/63/321	КП26062	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2/6/27/232
КП26090	Картофельное пюре	180	5/9/24/238	КП26088	Гречка по-купечески	230	14/12/20/271
КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10/6/4/110	КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	65	Хлеб пшеничный	60	5/1/23/141
65	Хлеб пшеничный	50	4/1/19/118	ШК00129	Хлеб ржаной	60	5/8/26/142
ШК00129	Хлеб ржаной	50	4/7/21/118				
Обед ИТОГО		**830**	**46/50/159/1015**	**Обед ИТОГО**		**800**	**26/27/106/829**
Пятница ИТОГО			**46/50/159/1015**	**Пятница ИТОГО**			**26/27/106/829**

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 28/29/120/916

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