

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

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



Категория питающихся: Старшие 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	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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 гречками	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

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

Категория питающихся: Интернат с 7-11 лет

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			
КП26068	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	150	6/7/27/196	КП26068	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	150	6/7/27/196
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70
Завтрак ИТОГО		380	8/7/45/293	Завтрак ИТОГО		380	8/7/45/293
Обед				Обед			
КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	8/5/15/200	КП26049	Рассольник овощной	200	2/3/13/127
КП26091	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186	КП26091	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69
Обед ИТОГО		700	25/18/95/743	Обед ИТОГО		700	19/16/93/670
Ужин				Ужин			
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	130	3/3/33/168	КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	130	3/3/33/168
КП26050	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/147	КП26050	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/147
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Ужин ИТОГО		460	19/18/74/436	Ужин ИТОГО		460	19/18/74/436
Поздний ужин				Поздний ужин			
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76
Поздний ужин ИТОГО		240	2/7/29/190	Поздний ужин ИТОГО		240	2/7/26/239
Понедельник ИТОГО			54/50/243/1662	Понедельник ИТОГО			48/48/238/1638
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
КП26071	Каша пшённая молочная жидкая	150	6/7/26/187	КП26071	Каша пшённая молочная жидкая	150	6/7/26/187
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
Завтрак ИТОГО		380	8/7/44/284	Завтрак ИТОГО		380	8/7/44/284
Обед				Обед			
КП26061	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225	КП26046	Свекольник	200	2/5/8/104
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	130	4/4/18/179	КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	130	4/4/18/179
КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104	КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43

ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69
Обед ИТОГО		700	23/19/73/714	Обед ИТОГО		700	20/18/65/593
Ужин				Ужин			
КП26048	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	150	7/10/23/258	КП26048	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	150	7/10/23/258
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Ужин ИТОГО		390	10/10/44/379	Ужин ИТОГО		390	10/10/44/379
Поздний ужин				Поздний ужин			
БУФ4Д04	Слойка с повидлом	80	6/25/39/252	БУФ4Д04	Слойка с повидлом	80	6/25/39/252
КП26092	Чай с молоком и сахаром	200	2/5/18/75	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
Поздний ужин ИТОГО		300	8/30/57/327	Поздний ужин ИТОГО		300	6/25/45/279
Вторник ИТОГО			49/66/218/1704	Вторник ИТОГО			44/60/198/1535
Среда Завтрак				Среда Завтрак			
КП26054	Каша "Дружба" молочная	150	4/5/26/171	КП26054	Каша "Дружба" молочная	150	4/5/26/171
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70
Завтрак ИТОГО		380	6/5/44/268	Завтрак ИТОГО		380	6/5/44/268
Обед				Обед			
КП26062	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1/4/21/185	КП26047	Суп гороховый с томатом	200	8/5/15/207
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	150	9/6/25/188	КП26040	Гречка по-купечески	150	9/8/13/177
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69
Обед ИТОГО		620	16/14/100/646	Обед ИТОГО		620	23/17/82/657
Ужин				Ужин			
КП26091	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186	КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26091	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Ужин ИТОГО		470	14/9/47/391	Ужин ИТОГО		470	14/9/47/391
Поздний ужин				Поздний ужин			
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП25098	Булочка молочная	50	4/2/26/141
КП25098	Булочка молочная	50	4/2/26/141	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
Поздний ужин ИТОГО		250	4/2/32/168	Поздний ужин ИТОГО		250	4/2/32/168
Среда ИТОГО			40/30/223/1473	Среда ИТОГО			47/33/205/1484
Четверг Завтрак				Четверг Завтрак			
КП26069	Каша пшеничная молочная	150	2/4/14/146	КП26069	Каша пшеничная молочная	150	2/4/14/146
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70
Завтрак ИТОГО		380	4/4/32/243	Завтрак ИТОГО		380	4/4/32/243
Обед				Обед			
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	200	1/3/9/171	КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151

КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	130	3/3/33/168	КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	130	3/3/33/168
КП26031	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9/5/11/125	КП26031	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9/5/11/125
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69
Обед ИТОГО		700	19/15/107/737	Обед ИТОГО		700	19/15/111/717
Ужин				Ужин			
КП26048	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	150	7/10/23/258	КП26048	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	150	7/10/23/258
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Ужин ИТОГО		390	10/10/44/379	Ужин ИТОГО		390	10/10/44/379
Поздний ужин				Поздний ужин			
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
Поздний ужин ИТОГО		240	2/7/26/239	Поздний ужин ИТОГО		240	2/7/29/190
Четверг ИТОГО			35/36/209/1598	Четверг ИТОГО			35/36/216/1529
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП26079	Каша манная молочная	150	6/8/17/187	КП26079	Каша манная молочная	150	6/8/17/187
КП26092	Чай с молоком и сахаром	200	2/5/18/75	КП26092	Чай с молоком и сахаром	200	2/5/18/75
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/0/12/70
Завтрак ИТОГО		380	10/13/47/332	Завтрак ИТОГО		380	10/13/47/332
Обед				Обед			
КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151	КП26061	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
КП26090	Картофельное пюре	130	3/6/17/172	КП26090	Картофельное пюре	130	3/6/17/172
КП26018	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	1/5/4/115	КП26018	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	1/5/4/115
КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	30	2/4/11/69
Обед ИТОГО		700	10/18/70/644	Обед ИТОГО		700	14/21/73/718
Ужин				Ужин			
КП26039	Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	150	9/8/13/177	КП26039	Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	150	9/8/13/177
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Ужин ИТОГО		390	12/8/34/298	Ужин ИТОГО		390	12/8/34/298
Поздний ужин				Поздний ужин			
ДГ26022	Булочка с посыпкой	50	4/4/24/145	ДГ26022	Булочка с посыпкой	50	4/4/24/145
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
Поздний ужин ИТОГО		250	4/4/30/172	Поздний ужин ИТОГО		250	4/4/30/172
Пятница ИТОГО			36/43/181/1446	Пятница ИТОГО			40/46/184/1520

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 43/45/212/1559

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			
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	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/6/14/92
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/6/14/92				
Обед ИТОГО		720	19/21/82/672	Обед ИТОГО		700	20/21/112/788
Понедельник ИТОГО			19/21/82/672	Понедельник ИТОГО			20/21/112/788
Вторник				Вторник			
Обед				Обед			
КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	20	2/0/8/47	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/6/14/92	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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			
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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/6/14/92	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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			
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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/6/14/92	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94
				ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/6/14/92
Обед ИТОГО		730	20/17/77/726	Обед ИТОГО		730	13/21/94/761
Четверг ИТОГО			20/17/77/726	Четверг ИТОГО			13/21/94/761
Пятница Обед				Пятница Обед			
КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	17/21/51/257	КП26062	Щи из свежей капусты с картофелем	230	2/5/25/213
КП26090	Картофельное пюре	150	4/7/20/199	КП26088	Гречка по-купечески	170	10/9/15/200
КП26007	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	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/7/18/115
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/6/14/92				
Обед ИТОГО		730	36/38/131/836	Обед ИТОГО		700	20/22/87/689
Пятница ИТОГО			36/38/131/836	Пятница ИТОГО			20/22/87/689

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 22/23/94/749

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:

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

№ реж.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реж.	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки 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	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки 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			
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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки 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			
КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130	КП26058	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	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
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

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



Категория питающихся: Старшие 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			
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	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/1/23/141
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/8/21/138
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/7/18/115				
Обед ИТОГО		830	24/27/101/817	Обед ИТОГО		800	27/27/144/994
Понедельник ИТОГО			24/27/101/817	Понедельник ИТОГО			27/27/144/994
Вторник				Вторник			
Обед				Обед			
КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/1/23/141
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/7/18/115	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/8/21/138
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Обед ИТОГО		800	29/32/116/991	Обед ИТОГО		800	31/27/120/979
Вторник ИТОГО			29/32/116/991	Вторник ИТОГО			31/27/120/979
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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/7/18/115	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/7/18/115
Обед ИТОГО		830	26/24/90/810	Обед ИТОГО		830	30/26/116/895
Среда ИТОГО			26/24/90/810	Среда ИТОГО			30/26/116/895
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
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/1/23/141	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/8/21/138	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/1/23/141
				ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/8/21/138
Обед ИТОГО		800	25/22/97/856	Обед ИТОГО		850	20/28/121/941
Четверг ИТОГО			25/22/97/856	Четверг ИТОГО			20/28/121/941
Пятница Обед				Пятница 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	ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/1/23/141
ХП22ИГ1	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	60	5/8/21/138
ХП22ИГ2	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50	4/7/18/115				
Обед ИТОГО		830	46/50/156/1012	Обед ИТОГО		800	26/27/101/825
Пятница ИТОГО			46/50/156/1012	Пятница ИТОГО			26/27/101/825

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 28/29/116/912

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

