

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель общеобразовательного учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Байбурин Р.В.

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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117
КП26115	Масло сливочное (порциями)	15	0/11/2/99				
КП26116	Сыр "Голландский" порционный	15	4/4/0/52				
Завтрак ИТОГО		550	17/31/90/720	Завтрак ИТОГО		550	14/16/77/539
Понедельник ИТОГО			17/31/90/720	Понедельник ИТОГО			14/16/77/539
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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117
Завтрак ИТОГО		550	19/17/56/519	Завтрак ИТОГО		550	20/14/58/533
Вторник ИТОГО			19/17/56/519	Вторник ИТОГО			20/14/58/533
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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		550	18/17/60/601	Завтрак ИТОГО		555	12/13/66/499
Среда ИТОГО			18/17/60/601	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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117
Завтрак ИТОГО		550	19/16/71/571	Завтрак ИТОГО		550	16/14/68/567
Четверг ИТОГО			19/16/71/571	Четверг ИТОГО			16/14/68/567
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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117
Завтрак ИТОГО		550	13/12/59/514	Завтрак ИТОГО		550	25/25/77/615
Пятница ИТОГО			13/12/59/514	Пятница ИТОГО			25/25/77/615

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения _____

Директор _____

УТВЕРЖДАЮ:

Байбурин Р.В.

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	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	60	5/1/23/140
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	60	4/8/22/138
ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	50	3/7/18/115				
Обед ИТОГО		830	23/27/101/816	Обед ИТОГО		800	26/27/145/993
Понедельник ИТОГО			23/27/101/816	Понедельник ИТОГО			26/27/145/993
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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	60	5/1/23/140
ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	50	3/7/18/115	ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	60	4/8/22/138
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Обед ИТОГО		800	28/32/116/990	Обед ИТОГО		800	30/27/121/978
Вторник ИТОГО			28/32/116/990	Вторник ИТОГО			30/27/121/978
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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117
ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	50	3/7/18/115	ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	50	3/7/18/115
Обед ИТОГО		830	25/24/90/809	Обед ИТОГО		830	29/26/116/894
Среда ИТОГО			25/24/90/809	Среда ИТОГО			29/26/116/894
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
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	60	5/1/23/140	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	60	4/8/22/138	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	60	5/1/23/140
				ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	60	4/8/22/138
Обед ИТОГО		800	24/22/98/855	Обед ИТОГО		850	19/28/122/940
Четверг ИТОГО			24/22/98/855	Четверг ИТОГО			19/28/122/940
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	ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	60	5/1/23/140
ХЛСТ001	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/117	ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	60	4/8/22/138
ХЛСТ002	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	50	3/7/18/115				
Обед ИТОГО		830	45/50/156/1011	Обед ИТОГО		800	25/27/102/824
Пятница ИТОГО			45/50/156/1011	Пятница ИТОГО			25/27/102/824