

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Основное 2-х недельное меню

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Байбурин Р.В.



Категория питающихся: Старшие классы

Сезон Осень-Зима

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Питт. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Питт. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275	КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП25085	Котлеты куриные с соусом томатным	100	9/5/3/104
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	КП25030	Чай витаминизированный "Витощка"	200	0/0/10/39
КП25078	Йогурт	100	2/2/10/96	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО			12/10/63/516	Завтрак ИТОГО			19/13/60/536
Понедельник ИТОГО			12/10/63/516	Понедельник ИТОГО			19/13/60/536
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
КП25041	Каша манная молочная	200	9/10/23/249	КП25049	Каша "Дружба" молочная	200	10/14/32/285
КП25042	Сырники из творога с соусом молочным	90	5/5/14/146	КП25116	Сыр "Голландский" порционный	10	3/2/2/61
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
				КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО			18/16/59/589	Завтрак ИТОГО			17/17/68/573
Вторник ИТОГО			18/16/59/589	Вторник ИТОГО			17/17/68/573
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2/2/22/120	КП25046	Картофельное пюре	200	5/10/27/265
КП25046	Картофельное пюре	180	5/9/24/238	КП25091	Фишболы рыбные с соусом томатным	100	9/5/11/125
КП25090	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8/4/3/84	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118				
Завтрак ИТОГО			19/16/74/587	Завтрак ИТОГО			18/16/63/535
Среда ИТОГО			19/16/74/587	Среда ИТОГО			18/16/63/535
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	120	2/17/7/190	КП25016	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/97
КП25040	Макароны отварные с маслом	180	4/7/32/258	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП25023	Печенье в ассортименте	40	
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1,В2,Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	КП25119	Бутерброд с сыром(50/12)	62	10/5/28/190

Завтрак ИТОГО			10/25/64/593	Завтрак ИТОГО			12/9/46
Четверг ИТОГО			10/25/64/593	Четверг ИТОГО			12/9/46/314
Пятница Завтрак				Пятница Завтрак			
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	200	5/4/50/258	КП25048	Спагетти отварные с маслом	200	4/7/24/174
КП25089	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	100	6/4/5/64	КП25093	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	8/7/8/130
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП25032	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО			15/9/84/467	Завтрак ИТОГО			17/15/51/470
Пятница ИТОГО			15/9/84/467	Пятница ИТОГО			17/15/51/470

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 16/15/83/518

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного учреждения

Основное 2-х недельное меню

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Байбурин Р.В.



Категория питающихся: Старшие классы

Сезон: Осень-Зима

№ 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			
КП25033	Суп-лапша домашняя	250	6/8/20/282	КП25036	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2/6/27/108
КП25021	Каша "Полтавская" рассыпчатая	165	3/4/15/160	КП25021	Каша "Полтавская" рассыпчатая	165	3/4/15/160
КП25085	Котлеты куриные с соусом томатным	100	9/5/3/104	КП25085	Котлеты куриные с соусом томатным	100	9/5/3/104
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106	ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106
Обед ИТОГО			27/24/104/880	Обед ИТОГО			23/22/111/706
Понедельник ИТОГО			27/24/104/880	Понедельник ИТОГО			23/22/111/706
Вторник				Вторник			
Обед				Обед			
КП25117	Салат из белокачанной капусты	100	2/2/22/105	КП25115	Свекольник	250	2/6/10/130
КП25034	Суп с рисовой крупой	250	3/2/17/168	КП25183	Макароны отварные с соусом болоньезе(175/40)	215	14/12/62/412
КП25113	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	11/9/47/316	КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
КП25029	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106	КП25023	Печенье в ассортименте	40	
Обед ИТОГО			24/20/134/856	Обед ИТОГО			24/25/128/833
Вторник ИТОГО			24/20/134/856	Вторник ИТОГО			24/25/128/833
Среда				Среда			
Обед				Обед			
КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	100	2/8/50/190	КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	100	2/2/22/120
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250	9/6/19/250	КП25025	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/250
КП25022	Гречка по-купечески	165	10/9/15/194	КП25022	Гречка по-купечески	165	10/9/15/194
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106	ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106
Обед ИТОГО			29/30/140/925	Обед ИТОГО			29/24/100/815
Среда ИТОГО			29/30/140/925	Среда ИТОГО			29/24/100/815
Четверг				Четверг			
Обед				Обед			

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/97	КП25038	Суп картофельный с вермишелью	250	2/4/17/189
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	165	4/4/27/183	КП25114	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	165	7/11/25/284
КП25090	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	8/4/3/84	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106	КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Обед ИТОГО			23/18/108/698	Обед ИТОГО			18/22/117/889
Четверг ИТОГО			23/18/108/698	Четверг ИТОГО			18/22/117/889
Пятница				Пятница			
Обед				Обед			
КП25024	Рассольник овощной	250		КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/200
КП25048	Спагетти отварные с маслом	165	3/6/20/144	КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	165	4/3/41/213
КП25093	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	8/7/8/130	КП25088	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9/5/11/125
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП25029	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106	ШКО0129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	45	4/6/19/106
Обед ИТОГО			19/20/69/574	Обед ИТОГО			23/20/116/805
Пятница ИТОГО			19/20/69/574	Пятница ИТОГО			23/20/116/805

Среднее значение за период (Б,Ж,У,Ккал) 24/22/113/798