

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Б

**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
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
КП26091	Макароны отварные с маслом	180	4/7/32/258	КП26096	Макароны отварные с соусом болоньезе(180/50)	230
КП26014	Котлеты мясные с соусом томатным	100	10/8/10/140	КП26076	Компот яблочный	200
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	60
ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	60
ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	50	3/7/18/116			
Обед ИТОГО		830	23/27/101/818	Обед ИТОГО		800
Понедельник ИТОГО			23/27/101/818	Понедельник ИТОГО		
Вторник				Вторник		
Обед				Обед		
КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9/6/19/250	КП26047	Суп гороховый с томатом	250
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	210	10/11/27/302	КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	230
КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200
ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	60
ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	50	3/7/18/116	ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	60
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163			
Обед ИТОГО		800	28/32/116/992	Обед ИТОГО		800
Вторник ИТОГО			28/32/116/992	Вторник ИТОГО		
Среда				Среда		
Обед				Обед		
КП26059	Суп картофельный с вермишелью	250	2/4/17/189	КП26061	Суп-лапша домашняя	250
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/247	КП26087	Каша перловая рассыпчатая	180
КП26004	Котлеты куриные с соусом томатным	100	10/6/5/114	КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26076	Компот яблочный	200
ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	50
ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной	50	3/7/18/116	ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной	50

Четверг Обед				Четверг Обед			
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/213	КП26059	Суп картофельный с вермишелью	250	2/
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	230	13/10/38/288	КП26090	Картофельное пюре	180	5/
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26019	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	100	2/
ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	60	5/1/23/141	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/
ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	60	4/8/22/139	ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	60	5/
				ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	60	4/
Обед ИТОГО		800	24/22/98/857	Обед ИТОГО		850	19
Четверг ИТОГО			24/22/98/857	Четверг ИТОГО			19
Пятница Обед				Пятница Обед			
КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	22/27/63/321	КП26062	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2/
КП26090	Картофельное пюре	180	5/9/24/238	КП26088	Гречка по-купечески	230	14
КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10/6/4/110	КП26074	Напиток яблочный	200	0/
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	60	5/
ХЛЕБПШН	Хлеб для детского питания из пшеничной муки 1 сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	60	4/
ХЛЕБРЖ	Хлеб для детского питания из смеси пшеничной хлебопекарной и ржаной хлебопекарной обдирной муки с витаминами и железом	50	3/7/18/116				
Обед ИТОГО		830	45/50/156/1013	Обед ИТОГО		800	25
Пятница ИТОГО			45/50/156/1013	Пятница ИТОГО			25