Утверждаю Шомо Николом Николо

#### ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

на осенне-зимний период для школьников с 7-11 лет МБОУ лицей №7 г. Миллерово

Согласовано

Директор МБОУ лицей №7

Вдовенко В.В.

2024-2025гг

#### с 7-11лет

Выход	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость	Номер
(г)	Завтрак	витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания	ренентур
220	Каша жидкая молочная из манной крупы .	ЭЦ-257, Бел-6, Жир-11, Угл-33		181
200	чай с сахаром.  самр, чай черный		376	
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
20		с ЭЦ-668, Бел-19, Жир-23, Угл-91	90-00	. 13
	<u>Ο ό ε δ</u>			
200	Суп картофельный с вермишелью	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
90	Котлеты рубленые из филе птицы.	ЭЦ-305, Бел-14, Жир-21, Угл-14		294
150	филь убличного маже 2,5%, клей пистычный, сухари панарижнение Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	мисло Сивочнов, мисло растительнос, соль водированная ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36		171
60	овощи соленые (огуреи).	ЭЦ-150, Угл-39		70
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
_	Итого за Обе,	д ЭЦ-1 246, Бел-33, Жир-35, Угл-193	100-00	
	Льготная категория питающи	хся (5-11кл) по 45,39 <u>р</u>		
200	Суп картофельный с вермишелью	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
	картофе в пормине в мерьсов, пук репчатый, мас порав тот съще,	сын бодировиния		
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Іьгот	гная категория питающихся (5-11кл) по 45,39	р ЭЦ-368, Бел-5, Жир-7, Угл-66	45-39	-

crop SOV

ИП Шаоси

HH. Will

николай николаевич водинать в

#### с 7-11лет

Выход (г)	Наименование блюла	эн. цен. (ккал), белки (г), углеволы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецепту			
\-'	Завтрак						
120	Омлет натуральный.	ЭЦ-125, Бел-12, Жир-21, Угл-2					
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52			
200	Кофейный напиток.  сахар, пофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		<b>37</b> 9			
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560			
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527			
55	Пряник ,(печенье)	ЭЦ-282, Бел-5, Жир-4, Угл-58		332			
		<b>к</b> ЭЦ-788, Бел-24, Жир-31, Угл-128	90-00	_ 552			
200	Обед Щи из свежей капусты с картофелем.  капусты беткания, картофель, турганатый, мас от ра	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88			
70/20	Рыба, тушенная в томате с овощами	ЭЦ-95, Бел-9, Жир-4, Угл-3		229			
150	минтай, мере вы темат, лук репчатый, масси рыстительное, кист Картофельное пюре с маслом варторых менено сма 2,5%, мененовый, сил выправленых	ота лимония сагар, съще водирования ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128			
00/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном.	ЭЦ-62, Угл-15		377			
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		<b>5</b> 60			
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527			
	Итого за Обе,	д ЭЦ-693, Бел-22, Жир-21, Угл-95	100-00				
200	<u>Льготная категория питающи</u> Щи из свежей капусты с						
200	картофелем.	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88			
20	хапуста безыкычанная, картофель, меркыкь, лук релчатый мак трак Хлеб пшеничный (обогащенный)	тительные, петрушка (карела), тамат, сыль (идирожанная ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10					
00/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном.	ЭЦ-62, Угл-15		560 377			
Іьготь	сатар, дамоны, чай черымй ная категория питающихся (5-11кл) по 45,39	n ЭЦ-195, Бел-3, Жип-5, Угл-31	45 20	-			
		ь ЭЦ-1 676, Бел-50, Жир-57, Угл-254	45-39				

Выход	Наименование блюла	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость	Номер		
(r)_	Завтрак	витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания	рецентуры		
50/35	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-172, Бел-5, Жир-12, Угл-9		279		
	скинина, лук репчатый, сметона, мука писеничная чысшего сорта, мик	т растительног, томат, крупа ристяя, силь йодированная				
150	Каша рассыпчатая ячневая с	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7				
	MACAOM.			171		
200	Чай с сахаром. сахор, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		<b>37</b> 6		
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560		
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		<b>52</b> 7		
	Итого за Завтран	<b>с</b> ЭЦ-817, Бел-14, Жир-50, Угл-73	90-00	-		
	<u>Обед</u>					
200	Суп картофельный с горохом.	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102		
150/90	картыфель, гороз комотый, лук репчатый, морковы, мас по раститель  Макаронник с мясом.  сынный, макароны, лук репчатый, мас по синковыес, мас по раститель	ЭЦ-629, Бел-32, Жир-35, Угл-45		285		
60	Салат из белокачанной капусты свежей	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4		45		
200	Компот из смеси сухофруктов сухофураты, сагар, кислоталичных.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349		
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560		
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527		
	Итого за Обе	д ЭЦ-1 240, Бел-47, Жир-45, Угл-153	100-00	_ 527		
	Льготная категория питающи	<u>ихся (5-11кл) по 45,39р</u>				
200	Суп картофельный с горохом .	ВТРАК ЭЦ-817, Бел-14, Жир-50, Угл-73  90-00  100  100  100  100  100  100  1				
	картаф, (в. 2 ф. х.) - астый, лук ў спчатый, мары — мас яг растите г	тетрушка (пор ст) сого недированная				
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560		
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14		
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349		
Льгот	гная категория питающихся (5-11кл) по 45,39		45-39	_		
	Итого за ден	ь ЭЦ-2 449, Бел-68, Жир-103, Угл-292	233-39			
Дере	ктор БОУ	ИП Шиповалов Н.Н.	ули уальны	Ñ no		



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептурь
	Завтрак			
220	Суп молочный с овсяной крупой	ЭЦ-164, Бел-7, Жир-7, Угл-20		101
	молоко с мдж 2,5%, овеннка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль й	<del>(т) протонная</del>		101
200	<b>Какао с молоком</b> молоко <b>с</b> мдж 2,5%, сахар, какио-порошок	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		527
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		14
10		« ЭЦ-660, Бел-23, Жир-22, Угл-88	90-00	15
	<u>06eð</u>		70 00	
200	Борщ с капустой и картофелем	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		
	свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, то йодированная	омат , масло растительное , петрушка (корень), сахар, соль		82
150/90	Плов из курицы	ЭЦ-534, Бел-25, Жир-29, Угл-42		291
	цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук ј	репчатый, томат , ссаь йоэдированная		
60	Салат из моркови с сахаром	ЭЦ-49, Бел-1, Угл-7		62
200	морконь, сахар Кофейный напиток . сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
	Итого за Обед	д ЭЦ-1 212, Бел-39, Жир-47, Угл-149	100-00	327
	Льготная категория питающи	іхся (5-11кл) по 45,39 <u>р</u>		
200	Борщ с капустой и картофелем	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
	свекла, капуста белокочанная, картофель, мерковь, лук репчатый, то йодированная	мат , масло растительное , петрушка (корень), сахар, соль		
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	Кофейный напиток.	ЭЦ-80, Угл-20		379
за Льгот	ная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		45-39	
	Итого за дени	ь ЭЦ-2 285, Бел-67, Жир-83, Угл-299	235-39	
Директ	тор Повар	ИП Шаповалов	/ //	

# с 7-11лет

	MERIO MIDOS	C /-11/16/1			
Выход	Наименование блюла	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Ном рецеп	
(L)	Завтрак	<u> </u>	питапия	репеп	
50/50	Печень, тушенная в соусе	ЭЦ-178, Бел-14, Жир-10, Угл-9		26	
135	Каша рассыпчатая гречневая с маслом		ЭЦ-256, Бел-8, Жир-8, УГЛ-57 ЭМ		17
200	чай с сахаром.  самар, чай чарный	ЭЦ-60, Угл-15		37	
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		56	
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		52	
	Итого за Завтраг <u>Обед</u>	<b>к</b> ЭЦ-740, Бел-29, Жир-21, Угл-104	90-00	_	
200	Суп картофельный с крупой (ячневый) картофель марковь, дук репчитый, крупа ячисыя, масно зак типсы	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		10	
90	Котлеты ,биточки мясные.	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14		26	
150	сминина. менико с мдж 2,5%, хаб писсичный, сухари пачиренечные. Картофельное пюре с маслом картофа и менико с мдж 2,5%, масла слиничной, соло йедирине	мисто растите выстроительный растория образования ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		12	
60	Икра свекольная	ЭЦ-67, Бел-1, Жир-5, Угл-6	4	7	
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		34	
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		56	
40	Хлеб рэкано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		52	
	Итого за Обе	д ЭЦ-1 112, Бел-27, Жир-46, Угл-142	100-00	_	
	<u>Льготная категория питающ</u>	<u>ихся (5-11кл) no 45,39p</u>			
200	Суп картофельный с крупой(ячневый)	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		10	
	картофель, мересов, путренчатый, крупа жес заял, мас оз раститель	com hadapan, m		11	
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		50	
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		1	
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		34	
Тьгот	гная категория питающихся (5-11кл) по 45,39	р ЭЦ-342, Бел-4, Жир-6, Угл-62	45-39	_	
		<b>ь</b> ЭЦ-2 194, Бел-60, Жир-73, Угл-308	235-39	_	
Дире: МІ	ктор Повар БоУ	ИП Шыновалов	им вируальный п		

Наповатов Николай Вына Оберга Вы Выстрания Вы Выстрания Выстрания

	меню мьоз	c /-11.nem		
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеволы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер репентуры
	Завтрак	2		
220	Суп молочный с вермишелью.	ЭЦ-132, Бел-5, Жир-4, Угл-16		120
200	Кофейный напиток. сахар, кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано-	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		
	пшеничный(обогащенный)			527
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15
	Итого за Завтра <u>Обед</u>	<sub>К</sub> ЭЦ-562, Бел-17, Жир-17, Угл-79	90-00	_
200	Щи из свежей капусты с картофелем.	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
150/90	капуста беликочанная, картофель, морковь, дук репчатый, мисло ра- Жаркое по-домашнему картофель, скинина, лук репчатый, тамат, масло растительное, с	ЭЦ-552, Бел-17, Жир-43, Угл-24		259
60	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-23, Бел-2, Угл-4		131
200	Чай с сахаром. сатар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
	Итого за Обе	эд ЭЦ-983, Бел-29, Жир-50, Угл-97	100-00	
	Льготная категория питающ	ихся (5-11кл) <u>по 45,39р</u>		
200	Щи из свежей капусты с картофелем.	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
	капуста беликочанная, картофезь, морковь, лук репчатый, масно ре	ктительное, петрушка (коруль), томат, соль йодированная		
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-60, Угл-15		376
а Льгот	ная категория питающихся (5-11кл) по 45,39		45-39	_
Дирев	лор Повар	1ь ЭЦ-1 738, Бел-50, Жир-72, Угл-207 ИП Шаповалов	23/3-39	
MB		н.н	my -	

#### с 7-11лет

Выход (г)	Нанменование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептура
<u> </u>	Завтрак			penentyp
50/35	Рыба, тушенная в томате с овощами	ЭЦ-89, Бел-8, Жир-4, Угл-3		229
150	минтай, мырковь, томат, пук репчатый, мисле растительные, кисле Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	эна лимения, самр, сен- и дирован зя ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36		171
200	крупа пистичня, мас на синошнае сель индирежения. Чай с сахаром. сагар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
	Итого за Завтра	<b>к</b> ЭЦ-635, Бел-22, Жир-15, Угл-97	90-00	_ 32/
	<u>Oбeò</u>			
200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
90	киртофеть, горох конитый, лук репчитый, моргово, мисло рактител. Птица тушеная в соусе сметанном/	ЭЦ-138, Бел-11, Жир-9, Угл-3		290
150	филе уб, сметото, муча писнична высшего сорта, масто раститем Макаронные изделия отварные с маслом.	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31		203
60	макарины, масла сликовные сонь быдирования Салат из квашеной капусты копусты вымистем, дук региштый, склар, масло растительное	ЭЦ-51, Бел-1, Жир-3, Угл-5		47
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
	Итого за Обе	д ЭЦ-960, Бел-32, Жир-26, Угл-143	100-00	_
	<u>Льготная категория питающі</u>	<u>ихся (5-11кл) по 45,39р</u>		
200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13		102
	картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растител	ьное, петрушка (корень), соон йодированная		
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
Льгот:	ная категория питающихся (5-11кл) по 45,39	р ЭЦ-392, Бел-7, Жир-8, Угл-66	45-39	

Дирскто МБОУ)

Пожар

ИП Шаповалов Н.Н.



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеволы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость	Номер репептуры
	Завтрак			
115/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным.	ЭЦ-365, Бел-20, Жир-15, Угл-38		223
200	тырыз, манна 25 менне, сахар, крупа манная, яйцо куриное масм Кофейный напиток. сахар, ынфейный напиток	лик то е, сухари папарокочные, сметана, соль полированная ЭЦ-80, Угл-20		379
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн- зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		527 386
		с ЭЦ-757, Бел-28, Жир-18, Угл-110	90-00	
	<u>Обед</u>			
200	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		108
	картофель, мука тьо пичная высию 0 сорта, пороснь, лук репчатый, выдиржанния	яйце куриные, мас во рек тительные, мас во сличения, сень		100
90	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-182, Бел-6, Жир-13, Угл-10		279
	Свишна, Лук Г. пчатый, Сметана, мука писличныя высис 3 серта, м	и от растительнось, теннит, крупа расстая, селья йндиротанния		
150	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
60	винегрет овощной.	ЭЦ-75, Бел-1, Жир-6, Угл-4		67
200/15/	картырын, свеста, огуучы кот, грациональные, капуста вышеная, луч	: p. nчотый, моро. — мас об рас тите тыок		
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром.</b>	ЭЦ-67, Угл-17		376
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
	Итого за Обе,	д ЭЦ-1 056, Бел-20, Жир-61, Угл-101	100-00	_ 527
	Льготная категория питающ	<u>ихся (5-11кл) по 45,39р</u>		
200	Суп картофельный с клецками.	ЭЦ-115, Бел-3, Жир-4, Угл-15		
	картоф, п. мукл пистения высие 0 сорта, морьово, лук репчатый. подпроминая	яйцо Еурина, мас т растительного, мас т сли		108
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		560 14
200/15/ 7	Чай с сахаром.	ЭЦ-67, Угл-17		376
і Льготі	сатар, чай черный ная категория питающихся (5-11кл) по 45,39	р ЭЦ-276, Бел-5, Жир-8, Угл-42	45-39	_
	Итого за ден	<b>ь</b> ЭЦ-2 089, Бел-52, Жир-87, <b>У</b> гл- <b>2</b> 53	235-39	
Дирек МБ		ип Шаповалов	тов Никола пов Никола	S. Pingalan

## с 7-11лет

Выход	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость	Номе		
(L)		витамины (мг), микроэлементы (мг)	витамины (мг), микроэлементы (мг) питания			
230	Завтрак Макароны отварные с сыром макарины, сыр, масти сливичний	S ЭЦ-385, Бел-16, Жир-18, Угл-39		204		
200	Какао с молоком монит с мд с 2,5%, самар, наказыноромия	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382		
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)		560			
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527		
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14		
10	Сыр твердый (порциями)	ЭЦ-72, Бел-5, Жир-6		15		
-	Итого за Завтра	<b>к</b> ЭЦ-881, Бел-32, Жир-34, Угл-107	90-00	_		
200	Рассольник Ленинградский	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10		96		
90	картофия, слурцы кон, грырованный, морсков, крупа рисскай, лук рез Печень, тушенная в соусе пометь. 2. сметом, мум пистомай кысим с сорта мистера.	ЭЦ-160, Бел-12, Жир-9, Угл-8		263		
150	Картофельное пюре с маслом картофоль могите с дойретанная	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128		
60	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-150, Угл-39		70		
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты, сахар, кисита лиминия.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349		
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		56		
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		52		
	Итого за Обе	ед ЭЦ-1 040, Бел-27, Жир-26, Угл-169	100-00			
200	Льготная категория питающ					
200	Рассольник Ленинградский картифевь, отурыть, крупа ристан, лук рег	ЭЦ-86, Бел-2, Жир-4, Угл-10 инатый, мас по рак тительные, соль йндированных		96		
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		56		
5	Масло сливочное ( порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14		
200	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		34		
Льго	отная категория питающихся (5-11кл) по 45,39	9р ЭЦ-359, Бел-4, Жир-8, Угл-62 нь ЭЦ-2 279, Бел-63, Жир-68, Угл-338	45-39	_		

Директор МБОУ

All Illanosanos

Выход (г)	Наименование блюла	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер репентур
(1)	<u>Завтрак</u>		погания	, p e 21 e 21 1 y p
50/20	Птица отварная с соусом.	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
120	интесных брайтер, сметана. мужа тисьнечия высшего серта. пус рет Рис припущенный	чатый, петрымы (од от менерованняя ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200	Чай с сахаром.  сахар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15		376
35	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-106, Бел-3, Жир-1, Угл-17		560
30	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
100	Фрукты свежие(Яблоки красн- зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
	Итого за Завтраг <u>Обед</u>	<sub>К</sub> ЭЦ-798, Бел-28, Жир-28, Угл-98	90-00	
200	Борщ с капустой и картофелем	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
90	Котлеты ,биточки мясные.	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14		268
150	каша рассыпчатая перловая с маслом.	мас и растительно досто йодирова в оч ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
200	Сок фруктовый или ягодный.	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
40	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-186, Бел-6, Жир-3, Угл-34		527
	Итого за Обе	д ЭЦ-1 362, Бел-28, Жир-81, Угл-126	100-00	_
	Льготная категория питающ	<u>ихся (5-11кл) по 45,39р</u>		
200	Борщ с капустой и картофелем	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		
200	Сок фруктовый или ягодный.	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		560 389
Льгот	тная категория питающихся (5-11кл) по 45,39	р ЭЦ-418, Бел-7, Жир-15, Угл-62	45-39	
		ъ ЭЦ-2 578, Бел-63, Жир-124, Угл-286	235-39	
Дире	ктор Повар БОУ	ип шеповалов	и прузпьных	

#### Меню приготавливаемых блюд на осенне-зимний период

Рацион: Меню МБОУ с 7-11лет		Неделя: 1	1 День: понедельник					
Прием пищи	Наименование блюда	Dan Saussa	П	ищевые вещес	тва	Энерге- тическая	Nº	Have
прием пищи	Паизменование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	Цена
Завтрак			_			_		
	Каша жидкая молочная из манной крупы .	220	6,46	10,54	33,43	257,42	181	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
Итого за Завтрак		500	18,77	23,18	91,25	668,07		90-00
Обед								
	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
	Котлеты рубленые из филе птицы.	90	14,09	21,37	13,76	305,08	294	
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150	6,54	7,53	35,62	239,72	171	
	Овощи соленые (огурец).	60	0,24		39	150	70	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
Итого за Обед		770	32,92	34,79	193,32	1245,57		100-00
Пьготная категория питающихся								
	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
1того за Льготная категория пит	ающихся (5-11кл) по 45,39р	425	4,83	6,5	66,27	367,82		45-39
Итого за день		1 695	56,52	64,47	350,84	2281,46		235-39
Рацион: Меню МБОУ с 7-11лет		Неделя: 1			Лень:	вторник	(лист 2)	

Рацион: Меню МБОУ с 7-11лет День: вторник

Прием пиши			Пищевые вещества			Энерге-	Ng	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	Цена
Вавтрак								
	Омлет натуральный.	120	11,52	20,79	2,26	125,48	210	
	Салат из свеклы отварной с растительным маслом.	60	0,84	3,61	4,96	55,68	52	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Пряник ,(печенье)	55	4,54	3,62	57,75	281,82	332	
1того за Завтрак		500	24,46	31,11	127,68	788,38		90-00
Обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	

	Рыба, тушенная в томате с овощами	70/20	8,78	4,46	3,42	94,5	229	
	Картофельное пюре с маслом	150	3,23	9,33	21,67	187,69	128	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
Итого за Обед		732	22,35	21,39	95,31	692,79		100-00
Льготная категория питаюш	ихся							
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Чай с сахаром и лимоном.	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377	
Итого за Льготная категория	я питающихся (5-11кл) по 45,39р	442	3,08	4,58	31,48	194,6		45-39
Итого за день		1 674	49,89	57,08	254,47	1675,77		235-39

.

(лист 3)

	Неделя:	1		День:	среда	,	
	D 6	П	ищевые вещес	тва	Энерге-	Nº	House
наименование олюда	вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	Цена
Тефтели мясные с соусом			12,45				
Каша рассыпчатая ячневая с маслом.	150	1,31	34,11	6,74	339,19	171	
Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05		106,4		
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	500	14,32	49,67	73,46	817,11		90-00
Суп картофельный с горохом .	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
Макаронник с мясом .	150/90	31,61		45,38		285	
Салат из белокачанной капусты свежей	60	0,79	1,95	3,76	35,76	45	
Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
			0.9		91,2	560	
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
	770	46.69	45.06	153.35	1239.66		100-0
	1 719	10,00	1,0,00	100,00			
	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
					60,8	560	
Масло сливочное ( порциями)	5		3,63	0,07	33,05	14	
Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
ающихся (5-11кл) по 45,39р	425	7,07	8,45	65,54	391,82		45-39
_	1 695	68,08	103,18	292,35	2448,59		235-39
				Пош	HOTDODE	(лист 4)	
8	педеля:	•	MUJORI IO ROLLIOO	-	· · ·		
Наименование биюла	Roc Spiona	11	ищевые вещест	184		Nº	Цена
Паиниенование олюда	Вес опода	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	допа
Суп молочный с овсяной крупой	220	6,52	6.53	19,72	163,68	101	
						382	
			1,05		106,4	560	
Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3.63	0,07	33,05	14	
Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
	500	22,63	22,25	87,71	659,69		90-00
	500						
		4.50	100	00.04	070.4	1 00	
Борщ с капустой и картофелем	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82	
Плов из курицы	200 150/90	24,59	29,3	41,89	533,92	291	
Плов из курицы Салат из моркови с сахаром	200 150/90 60			41,89 6,89	533,92 49,02	291 62	
Плов из курицы Салат из моркови с сахаром Кофейный напиток	200 150/90 60 200	24,59 0,74	29,3 0,06	41,89 6,89 19,96	533,92 49,02 79,8	291 62 379	
Плов из курицы Салат из моркови с сахаром	200 150/90 60	24,59	29,3	41,89 6,89	533,92 49,02	291 62	
	Каша рассыпчатая ячневая с маслом.  Чай с сахаром.  Хлеб пшеничный(обогащенный)  Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)  Суп картофельный с горохом .  Макаронник с мясом .  Салат из белокачанной капусты свежей  Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный(обогащенный)  Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)  Масло сливочное ( порциями)  Компот из смеси сухофруктов  знощихся (5-11кп) по 45,39р  Наименование блюда  Суп молочный с овсяной крупой  Какао с молоком .  Хлеб пшеничный(обогащенный)  Хлеб пшеничный(обогащенный)  Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)  Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)  Масло сливочное ( порциями)	Наименование блюда         Вес блюда           Тефтели мясные с соусом         50/35           Каша рассыпчатая ячневая с маслом.         150           Чай с сахаром.         200           Хлеб пшеничный (обогащенный)         35           Хлеб ржано-пшеничный (обогащенный)         30           Сул картофельный с горохом         200           Макаронник с мясом         150/90           Салат из белокачанной капусты свежей         60           Компот из смеси сухофруктов         200           Хлеб пшеничный (обогащенный)         30           Хлеб пшеничный (обогащенный)         20           Хлеб пшеничный (обогащенный)         20           Масло сливочное ( порциями)         5           Компот из смеси сухофруктов         200           ающихся (5-11кл) по 45,39р         425           Неделя:         Неделя:           Наименование блюда         Вес блюда           Суп молочный с овсяной крупой         220           Какао с молоком.         200           Хлеб пшеничный (обогащенный)         35           Хлеб ржано-пшеничный (обогащенный)         30           Масло сливочное ( порциями)         5	Наименование блюда         Вес блюда         Белки           Тефтели мясные с соусом Каша рассыпчатая ячневая с маслом.         50/35         5,38           Каша рассыпчатая ячневая с маслом.         150         1,31           Чай с сахаром.         200         0,07           Хлеб пшеничный (обогащенный)         35         2,7           Хлеб ржано-пшеничный с горохом         200         4,39           Макаронник с мясом         150/90         31,61           Салат из белокачанной капусты свежей         60         0,79           Компот из смеси сухофруктов         200         1,1           Хлеб пшеничный (обогащенный)         30         2,32           Хлеб ржано-пшеничный с горохом         200         4,39           Хлеб пшеничный с горохом         200         4,39           Хлеб пшеничный с горохом         200         4,39           Хлеб пшеничный с горохом         200         1,54           Масло сливочное ( порциями)         5         0,04           Компот из смеси сухофруктов         200         1,1           Вес блюда         Белки           Неделя: 1         П           Наименование блюда         Белки           Суп молочный с овсяной крупой         220         6,52	Наименование блюда         Вес блюда         Пищевые вещес           Тефтели мясные с соусом         50/35         5,38         12,45           Каша рассыпчатая ячневая с маслом.         150         1,31         34,11           Чай с сахаром.         200         0,07         0,02           Хлеб пшеничный(обогащенный)         35         2,7         1,05           Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)         30         4,86         2,04           Сул картофельный с горохом         200         4,39         4,22           Макаронник с мясом         150/90         31,61         35,27           Салат из белокачанной капусты свежей         60         0,79         1,95           Компот из смеси сухофруктов         200         1,1         1           Хлеб пшеничный(обогащенный)         30         2,32         0,9           Хлеб пшеничный (обогащенный)         40         6,48         2,72           Сул картофельный с горохом         200         4,39         4,22           Хлеб пшеничный (обогащенный)         20         1,54         0,6           Масло с пивочное ( порциями)         5         0,04         3,63           Неделя: 1         Пищевые вещест Белки         Белки         Жиры	Наименование блюда Вес б	Наименование блюда Вес блюда Вес блюда Вес блюда Вес блюда Белки Жиры Углеводы Тефтели мясные с соусом Тефтели мясные с соусом Каша рассыпчатая ячневая с маслом.  150 1,31 34,11 6,74 339,19  Чай с сахаром. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный(обогащенный) 35 2,7 1,05 17,43 106,4 Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный) 30 4,86 2,04 25,32 139,2  Тобу картофельный с горохом 150/90 31,61 35,27 45,38 629,13 Салат из белокачанной калусты свежей 60 0,79 1,95 3,76 35,76 35,76 Хлеб пшеничный(обогащенный) 30 2,32 0,9 14,94 91,2 Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный) 40 6,48 2,72 33,76 185,6  Тобу картофельный с горохом Тобу картофельный	Наименование блюда Вес б

Льготная категория питающихс	я							
	Борщ с капустой и картофелем	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8	379	
Итого за Льготная категория пи	тающихся (5-11кл) по 45,39р	420	6,13	14,4	61,93	413		45-39
Итого за день		1 690	67,48	83,43	299,09	2284,63		235-39

(лист 5)

Рацион: Меню МБОУ с 7-11	лет	Неделя:	1		День:	пятница	(3101010)	
			П	Іищевые вещес	гва	Энерге-	Nº	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	Цена
Вавтрак				<u> </u>				
	Печень, тушенная в соусе	50/50	13,73	9,57	8,98	177,92	261 171 376 560 527 101 268 128 75 349 560 527 101 560 14 349 (лист 6) № рецептуры	
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	135	7,62	8,09	37,31	256,46	171	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
1того за Завтрак		500	28,98	20,77	104,04	739,98		90-00
бед								
	Суп картофельный с крупой(ячневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101	
	Котлеты ,биточки мясные.	90	11,31	25,82	13,58	333,07	268	
	Картофельное пюре с маслом	150	3,23	9,33	21,67	187,69	128	
	Икра свекольная	60	0,82	4,56	5,63	66,53	75	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
1того за Обед		770	26,84	45,5	141,55	1112,06		100-0
ьготная категория питающ	ихся							
	Суп картофельный с крупой(ячневый)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
31	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05		
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
того за Льготная категория	питающихся (5-11кл) по 45,39р	425	4,26	6,4	62	341,82		45-39
1того за день		1 695	60,08	72,67	307,59	2193,86	!	235-39
			,			EOUO EO EL LUAY	(лист 6)	
ацион: Меню МБОУ с 7-11л	101	Неделя: 2		ищевые вещест		понедельник Энерге-		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность		Цена
Вавтрак			Белки	Жиры	УПСВОДЫ	ценность		
ubipun	Суп молочный с вермишелью.	220	4,81	4,18	15,8	132		
	Кофейный напиток .	200			19,96	79,8		
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4		
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	_ 30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
того за Завтрак		500	17,05	16,8	78,58	562,45		90-00
бед								
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Жаркое по-домашнему	150/90	17,44	42,6	23,6	551,62	259	
	Горошек овощной (консервированный).	60	1,77	0,11	3,71	22,86	131	

	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
гого за Обед		770	29,49	50,31	97,33	983,08		100-00
Льготная категория пит	ающихся							
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	<del> </del>
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		420	3,02	4,58	31,28	192,6		45-39
Итого за день		1 690	49,56	71,69	207,19	1738,13		235-39

(лист 7)

Рацион: Меню МБОУ с 7-11лет		Неделя:	2		День:	вторник	<del></del>	
Петтем		D 6	П	ищевые вещес	тва	Энерге-	Nº	Llaus
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	Цена
автрак								
	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/35	8,29	4,21	3,23	89,25	229	
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150	6,54	7,53	35,62	239,72	171	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
того за Завтрак	<del>_</del>	500	22,46	14,85	96,6	634,57		90-00
бед								
	Суп картофельный с горохом .	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
	Птица тушеная в соусе сметанном/	90	10,75	9,11	3,16	137,7	290	
	Макаронные изделия отварные с маслом.	150	5,44	5,83	30,5	196,07	203	
	Салат из квашеной капусты.	60	1,02	3	5,07	51,42	47	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
того за Обед		770	31,5	25,78	142,94	959,96		100-0
ьготная категория питающихс	я							
	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
того за Льготная категория пи		425	7,07	8,45	65,54	391,82		45-39
гого за день		1 695	61,03	49,08	305,08	1986,35		235-39
цион: Меню МБОУ с 7-11лет		Неделя: 2	)		День:	cnega	(лист 8)	
SELVION. MICHO MIDOS C 1-1131E1		педеля. 2	Лищевые вещества		Энерге-			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда				тическая	№ рецептуры	Цена
			Белки ———	Жиры	Углеводы	ценность	F - 1 - 27 F	
втрак	2000 MOUNT TO DO DO CO TO	115/00 I	10.72	14.02	270	364 5	223	
	Запеканка из творога с молоком сгущенным .	115/20	19,73	14,93	37,8	364,5		
	Кофейный напиток .	200	245		19,96	79,8	379	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560	
		30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)							
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный) Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	100	0,4	0,4	9,8	67,5	386	
ого за Завтрак		100	0,4	0,4	9,8	67,5 757,4	386	90-00
								90-00
того за Завтрак бед						757,4 115,4	108	90-00
	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	500	27,69	18,42	110,31	757,4		90-00

	Винегрет овощной .	60	0,84	6,02	4,37	75,06	67	
	Чай с сахаром.	200/15/7	0,08	0,02	16,65	66,6	376	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
Итого за Обед		792	19,57	60,62	100,99	1055,5		100-00
Льготная категория питающихс	я							
•	Суп картофельный с клецками.	200	2,85	3,67	15,03	115,4	108	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Чай с сахаром.	200/15/7	0,08	0,02	16,65	66,6	376	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		447	4,51	7,92	41,71	275,85		45-39
Итого за день		1 739	51,77	86,96	253,01	2088,75		235-39

.

.

(лист 9)

Рацион: Меню МБОУ с 7-11	Ілет	Неделя:	2		День:	четверг		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Γ	Пищевые веществ		Энерге-	l No	Цена
прием пищи	тайменование олюда	Бес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	цена
автрак								
	Макароны отварные с сыром	230	15,57	18,31	39,23	384,56	204	
	Какао с молоком	200	3,87	3,1	25,17	145,36	382	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Сыр твердый (порциями)	10	4,64	5,9		72	15	
того за Завтрак		510	31,68	34,03	107,22	880,57		90-0
бед								
	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96	
	Печень, тушенная в соусе	90	12,36	8,61	8,08	160,13	261	
	Картофельное пюре с маслом	150	3,23	9,33	21,67	187,69	128	
	Овощи соленые (огурец).	60	0,24		39	150	70	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
Ітого за Обед		770	27,34	25,63	169,31	1039,79	<del>                                     </del>	100-0
ьготная категория питающ	ихся							
	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Масло сливочное ( порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,05	14	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,1		42,28	179,37	349	
того за Льготная категория	я питающихся (5-11кл) по 45,39р	425	4,29	8,3	61,89	359,02		45-39
того за день		1 705	63,31	67,96	338,42	2279,38_		235-3
ацион: Меню МБОУ с 7-11	пет	Неделя: 2	2		День:	пятница	(лист 10)	
	Наименование блюда		Пищевые вещества		ва			
Прием пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	№ рецептуры	Цена
автрак		<u> </u>		J				
3	Птица отварная с соусом.	50/20	16,81	21,48	1,06	264,57	288	
	Рис прилущенный	120	2,91	3,44	29,34	159,96	305	
	Чай с сахаром.	200	0,07	0,02	15	60	376	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	35	2,7	1,05	17,43	106,4	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	30	4,86	2,04	25,32	139,2	527	
	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	100	0,4	0,4	9,8	67,5	386	
того за Завтрак		555	27,75	28,43	97,95	797,63		90-0
бед					, 0.,00	,		
	Бори с капустой и картофолом	200	4.50	12.0	22.01	272.4	92	

200

90 150

60

4,59

11,31

1,31

0,84

13,8

25,82

34,11

3,61

32,01

13,58

6,74

4,96

272,4

333,07

339,19

55,68

82

268

171

52

Борщ с капустой и картофелем..

Каша рассыпчатая перловая с маслом.

Котлеты ,биточки мясные.

Салат из свеклы отварной с

растительным маслом.

				0.00				
	Сок фруктовый или ягодный.	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	30	2,32	0,9	14,94	91,2	560	
	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	40	6,48	2,72	33,76	185,6	527	
Итого за Обед		770	27,85	81,16	126,19	1361,94		100-00
Льготная категория пит	ающихся							
	Борщ с капустой и картофелем	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,54	0,6	9,96	60,8	560	
	Сок фруктовый или ягодный .	200	1	0,2	20,2	84,8	389	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р		420	7,13	14,6	62,17	418		45-39
Итого за день		1 745	62,73	124,19	286,31	2577,57		235-39

17 023 Итого за период 590,45 780,71 2894,35 21554,49 Среднее значение за период 59 78,1 289,4// //2155,4 Составил Утвердил Администратор видуальный предприм николай Ник Шаповалов Николай Николаевич

#### ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

#### СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 21544219559557245818350236768380521217002357707

Владелец Вдовенко Виктор Викторович

Действителен С 26.08.2024 по 26.08.2025