



18 сентября		Утверждаю Врио директора А.Б. Адьлгирева		энергетическая ценность (Ккал)	
День: понедельник		пищевые вещества		К	
неделя: первая		Б		Ж	
возрастная категория: 12-18 лет		12-18 лет		У	
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции		энергетическая ценность (Ккал)	
1 день		12-18 лет		К	
	<b>Завтрак</b>				
114	Каша рисовая молочная жидкая	200	10,12	10,01	68,41
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95
380	Бутерброд с маслом, сыр	50\7	8,41	10,05	21,41
	<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>22,3</b>	<b>23,99</b>	<b>115,77</b>
	<b>Обед</b>				
24	лук термически обработанный	100	2,2	4,5	10,5
45	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	250	2,33	8,25	13,58
227	Макаронные изделия отварные	180	7,49	7,09	51,58
174\265	Тефтели рыбные с соусом томатным	100	8,95	5,48	9,16
294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31
108	Хлеб пшеничный в\с	60	2,3	0,9	15,8
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	<b>итого обед</b>	<b>70 руб</b>	<b>23,34</b>	<b>26,23</b>	<b>115,93</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>45,64</b>	<b>50,22</b>	<b>231,7</b>

завхоз



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	19 сентября	Утверждаю Врио директора А.Б. Адылгирева				энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	К	
2 день	возрастная категория: 12-18 лет							
109	<b>Завтрак</b> Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке	200	12-18 лет	7,93	11,15	31,95	259,98	
269	какао с молоком	200		3,77	3,93	25,95	153,92	
365	масло порция	10		0,01	7,2	0,1	66	
314	булочка молочная	50		1,74	2,39	28,5	158	
	Яблоки	200		0,8	0,8	19,6	94	
	<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>		<b>14,25</b>	<b>25,47</b>	<b>106,1</b>	<b>731,9</b>	
	<b>Обед</b>							
	капуста квашеная промышленного производства	100		1,18	1,1	2,2	19	
47	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250		2,83	2,86	21,76	124,9	
214	Рагу из птицы: птица, картофель, лук, морковь, томат	200		21,96	27,97	26	459,25	
	Напиток Витошка	200		0	0	19,4	326	
108	Хлеб пшеничный вс	60		2,3	0,9	15,8	135,6	
109	Хлеб ржано-пшеничный	40		3,3	0,6	0,6	107	
	<b>итого обед</b>	<b>70 руб</b>		<b>29,27</b>	<b>32,89</b>	<b>93,26</b>	<b>848,75</b>	
	<b>итого</b>			<b>43,52</b>	<b>58,36</b>	<b>199,36</b>	<b>1580,65</b>	

завхоз

день: среда неделя: первая возрастная категория: 12-18 л	20 сентября	Утверждаю Врио директора А.Б. Адылгиреева		энергетическая ценность (Ккал)	
		Б	Ж		У
3 день	масса порции	пищевые вещества			
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	Б	Ж	У	
	12-18 л				
	<b>Завтрак</b>				
141	Запеканка из творога	26,7	19,38	39,59	442
287	Кофейный напиток с молоком	2,37	2,3	28,23	91,43
380	Бутерброд с маслом, сыр	8,41	10,05	21,41	212,11
	<b>итого завтрак</b>	<b>37,48</b>	<b>31,73</b>	<b>89,23</b>	<b>745,54</b>
	<b>Обед</b>				
247	Овощи соленные (огурцы)	0,8	0,1	2,3	13
37	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне (говядина)	1,9	6,6	10,81	111,11
193	плов из отварной говядины	24,33	20,69	33,71	418,37
289	Напиток из шиповника	0,4	0,2	15,72	75,76
108	Хлеб пшеничный в\с	2,3	0,9	15,8	135,6
109	Хлеб ржано-пшеничный	3,3	0,6	0,6	107
	<b>итого обед</b>	<b>33,03</b>	<b>29,09</b>	<b>78,94</b>	<b>860,84</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>70,51</b>	<b>60,82</b>	<b>168,17</b>	<b>1606,38</b>

завхоз



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества				энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	К	
день: четверг	21 сентября	Утверждаю Врио директора А.Б. Адылгиреева					
неделя: первая							
возрастная категория: 12-18 л							
4 день							
		12-18 л					
			Б	Ж	У	К	
	<b>Завтрак</b>						
107	Каша манная молочная жидкая	200	7,77	10,09	38,97	180	
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	
	яблоко	200	0	0,62	15,7	68,35	
380	Бутерброд с маслом, сыр	50\7	8,41	10,05	21,41	212,11	
	<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>19,95</b>	<b>24,69</b>	<b>102,03</b>	<b>614,38</b>	
	<b>Обед</b>						
251	Свекла тушеная в сметанном соусе	100	2,92	4,82	12,43	101,62	
63	Щи из свежей капусты с картофелем на кур бульоне	250	2,09	6,33	10,64	107,83	
221	Каша пшеничная рассыпчатая	180	11,12	6,39	44,24	278,13	
212\265	птица отварная с соусом томатным	100	7,04	10,33	4,19	209,02	
283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79	
108	Хлеб пшеничный в\с	60	2,3	0,9	15,8	135,6	
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6	107	
	<b>итого обед</b>	<b>70 руб</b>	<b>26,71</b>	<b>30,75</b>	<b>117,74</b>	<b>1005,87</b>	
	<b>ИТОГО</b>		<b>46,66</b>	<b>55,44</b>	<b>219,77</b>	<b>1620,25</b>	



Утверждаю  
Врио директора  
А.Б. Адьилгирева

22 сентября

день: пятница  
неделя: первая  
возрастная категория: 12-18 л

№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества				энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	К	
	12-18 л						
	<b>Завтрак</b>						
102	Каша "Дружба" на молоке	200	7,67	8,2	52,47	314,32	
380	Бутерброд с маслом, сыр	50/7	8,41	10,05	21,41	212,11	
287	Кофейный напиток с молоком	200	2,37	2,3	28,23	91,43	
	<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>18,45</b>	<b>20,55</b>	<b>102,11</b>	<b>617,86</b>	
	<b>Обед</b>						
	Капуста квашеная промышленного производства	100	1,18	1,1	2,2	19	
48	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина)	250	9,76	6,82	19,01	175,1	
219	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,47	6,5	54	316,56	
172	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	29,01	9,01	0,96	310,05	
	Напиток Витошка	200	0	0	19,6	326	
108	Хлеб пшеничный в\с	60	2,3	0,9	15,8	135,6	
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6	107	
	<b>итого обед</b>	<b>70 руб</b>	<b>57,02</b>	<b>24,99</b>	<b>120,07</b>	<b>1173,31</b>	
	<b>итого</b>		<b>75,47</b>	<b>45,54</b>	<b>222,18</b>	<b>1791,17</b>	

завхоз