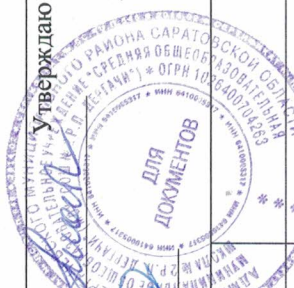




| день: понедельник | | 16.12 | | Утверждено | |
|---------------------------------|------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------|
| неделя: первая | | | | РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 109 | |
| возрастная категория: 12-18 лет | | | | ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ | |
| | | | | МОНАХОВ Р. И. МАХИНА А. В. СИНЕЛЬНИКОВА Т. В. | |
| 1 день | | | | | |
| № рец. | прием пищи, наименование блюда | масса порции | энергетическая ценность (Ккал) | | |
| | | 12-18 лет | Б | Ж | У |
| | Завтрак | | | | |
| 114 | Каша рисовая молочная жидкая | 280 | 10,12 | 10,01 | 68,41 |
| 299 | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 |
| 380 | Бутерброд с маслом, сыр порция | 50\10/10 | 8,41 | 10,05 | 21,41 |
| 109 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 |
| | Итого завтрак | 30 руб | 22,6 | 20,7 | 126,24 |
| | Обед | | | | |
| 24 | лук термически обработанный | 100 | 2,2 | 4,5 | 10,5 |
| 45 | Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне | 250 | 2,33 | 8,25 | 13,58 |
| 214 | Рагу из птицы: птица, картофель, лук, морковь, томат | 200 | 21,96 | 27,97 | 26 |
| 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 |
| | итого обед | 80 руб | 23,34 | 26,23 | 115,93 |
| | ИТОГО | | 45,64 | 50,22 | 231,7 |
| | | | | | 1605 |

| день: вторник | | неделя: первая | | возрастная категория: 12-18 лет | | Утверждаю Директор школы О.В. Малюфеева Медсестра Т.В. Синельникова Для Документов | |
|---------------|---------------------------------------------------------|----------------|--------------|---------------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| № рец. | прием пищи, наименование блюда | масса порции | Б | Ж | У | К | энергетическая * ценность * (Ккал) |
| 2 день | | 12-18 лет | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 109 | Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке | 300 | 7,93 | 11,15 | 31,95 | 259,98 | |
| 299 | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 45,12 | |
| 365 | масло порция | 10 | 0,01 | 7,2 | 0,1 | 66 | |
| 314 | булочка молочная | 80 | 1,74 | 2,39 | 28,5 | 158 | |
| 109 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 | |
| | Итого | 30 руб | 14,25 | 25,4 | 106,1 | 840 | |
| | Обед | | | | | | |
| 301 | капуста квашеная промышленного производства | 100 | 1,18 | 1,1 | 2,2 | 19 | |
| 47 | Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне | 250 | 2,83 | 2,86 | 21,76 | 124,9 | |
| 219 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,47 | 6,5 | 54 | 316,56 | |
| 174\265 | Тфтели рыбные с соусом томатным | 100 | 8,95 | 5,48 | 9,16 | 121,07 | |
| 294 | Напиток Витошка | 200 | 0 | 0 | 19,4 | 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 | |
| | итого обед | 80 руб | 29,27 | 32,89 | 93,26 | 848,75 | |
| | Итого | | 43,52 | 58,36 | 199,36 | 1580,65 | |

| день: среда | | 18.12 | | Утверждено | |
|-------------------------------|--------------------------------|---------------|--------------------|----------------------------------|----------------|
| неделя: первая | | | | Директор школы О.В. Малофеева | |
| возрастная категория: 12-18 л | | | | Медсестра Т.В. Синельникова | |
| 3 | | | | | |
| № | прием пищи, наименование блюда | масса порции | пищевые вещества | энергетическая ценность (Ккал) | |
| реп. | | | | | |
| | | 12-18 л | Б Ж У | К | |
| | Завтрак | | | | |
| 141 | Запеканка из творога | 250 | 26,7 19,38 | 39,59 | 442 |
| 287 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,37 2,3 | 28,23 | 91,43 |
| 380 | Бутерброд с маслом | 50/15 | 8,41 10,05 | 21,41 | 212,11 |
| 109 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 0,6 | 0,6 | 107 |
| | Итого завтрак | 30 руб | 37,5 31,8 | 89,9 | 845 |
| | Обед | | | | |
| 247 | Овощи соленые (огурцы) | 100 | 0,8 0,1 | 2,3 | 13 |
| 50 | Суп картофельный с рыбой | 250 | 13,21 4,11 | 6,7 | 116,24 |
| 227 | Макаронные изделия отварные | 180 | 7,49 7,09 | 51,58 | 254 |
| 180 | Гуляш из говядины | 100 | 18,95 17,89 | 4,05 | 352,97 |
| 294 | Кисель Витощка | 200 | 0 0 | 94 | 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 |
| | итого обед | 80 руб | 33,03 29,09 | 78,94 | 860,84 |
| | ИТОГО | | 70,51 60,82 | 168,17 | 1606,38 |



| | | | | | | |
|-------------------------------|-----------------------------------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| день: четверг | | 19.12 | Утверждено | | | |
| неделя: первая | | | Директор школы О.В. Малофеева | | | |
| возрастная категория: 12-18 л | | | Медсестра Т.В. Синельникова | | | |
| 4 день | | | | | | |
| № рец. | прием пищи, наименование блюда | масса порции | пищевые вещества | | | энергетическая ценность (Ккал) |
| | | 12-18 л | Б | Ж | У | К |
| | Завтрак | | | | | |
| 107 | Каша манная молочная жидкая | 300 | 7,77 | 10,09 | 38,97 | 180 |
| 299 | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 45,12 |
| 380 | Бутерброд с маслом,повидлом | 50/10/15, | 8,41 | 10,05 | 21,41 | 225 |
| 109 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 |
| | итого завтрак | 30 руб | 39,48 | 46,4 | 190,91 | 614,38 |
| | Обед | | | | | |
| 251 | Свекла тушеная в сметанном соусе | 100 | 2,92 | 4,82 | 12,43 | 101,62 |
| 42 | Рассольник ленинградский нам/к. бульоне | 250 | 5,02 | 11,3 | 32,37 | 162,1 |
| 193 | плов из отварной говядины | 200 | 24,33 | 20,69 | 33,71 | 418,37 |
| 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 |
| | итого обед | 80 руб | 26,71 | 30,75 | 117,74 | 1005,87 |
| | ИТОГО | | 46,66 | 55,44 | 219,77 | 1620,25 |



| день: пятница | | 20.12 | Утверждаю Директор школы О.В. Малофеева | | | |
|-------------------------------|--------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------|------------------|---------------|-----------------------------------|
| неделя: первая | | | Медсестра Т.В. Синельникова | | | |
| возрастная категория: 12-18 л | | масса порции | | пищевые вещества | | энергетическая ценность (Ккал) |
| 5 день | № рец. | 12-18 л | Б | Ж | У | |
| | прием пищи, наименование блюда | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 102 | Каша "Дружба" на молоке | 300 | 7,67 | 8,2 | 52,47 | 314,32 |
| 380 | Бутерброд с маслом, с сыром | 50/10/15 | 8,41 | 10,05 | 21,41 | 212,11 |
| 299 | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 45,12 |
| 109 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 |
| | итого завтрак | 30 руб | 18,45 | 20,55 | 102,11 | 617,86 |
| | Обед | | | | | |
| 301 | Капуста квашеная промышленного производства | 100 | 1,18 | 1,1 | 2,2 | 19 |
| 63 | Щи из свежей капусты с картофелем на кур бульоне | 250* | 2,09 | 6,33 | 10,64 | 107,83 |
| 130 | Пюре из гороха с маслом | 180 | 31,23 | 5,19 | 53,71 | 412,4 |
| 212\265 | птица отварная с соусом томатным | 100 | 7,04 | 10,33 | 4,19 | 209,02 |
| 294 | 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 |
| | итого обед | 80 руб | 57,02 | 24,99 | 120,07 | 1173,31 |
| | итого | | 75,47 | 45,54 | 222,18 | 1791,17 |



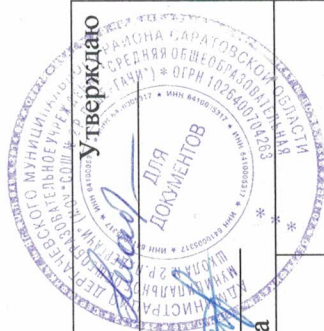
| день: понедельник | | 23.12 | | Утверждено | | | |
|-------------------------------|------|------------------------------------------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| неделя: вторая | | | | Директор школы О.В. Малофеева | | | |
| возрастная категория: 12-18 л | | | | Медсестра Т.В. Синельникова | | | |
| № | день | прием пищи, наименование блюда | масса порции | пищевые вещества | | | энергетическая ценность (Ккал) |
| | | | | Б | Ж | У | |
| | | Завтрак | | | | | |
| 108 | | Каша пшеничная, молочная жидкая | 250 | 9,32 | 10,11 | 44,22 | 305,79 |
| 380 | | Бутерброд с маслом, сыр | 50/10/10 | 8,41 | 10,05 | 21,41 | 212,11 |
| 299 | | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 45,12 |
| 109 | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 |
| | | итого завтрак | 30 руб | 20,1 | 23,08 | 109,56 | 677,68 |
| | | Обед | | | | | |
| 24 | | лук термически обработанный | 100 г | 2,2 | 4,5 | 10,5 | 91 |
| 46 | | Суп картофельный с клецками на курином бульоне | 250 | 6,9 | 5,42 | 16,84 | 146,8 |
| 220 | | Каша перловая | 180 | 17 | 2,1 | 128 | 576 |
| 210 | | Курица в соусе с томатом | 100 | 31,09 | 35,43 | 5,89 | 456,9 |
| 289 | | Напиток из шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 15,72 | 75,76 |
| 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 |
| | | итого обед | 80 руб | 49,02 | 45,82 | 108,41 | 1196,27 |
| | | ИТОГО | | 69,12 | 68,9 | 217,97 | 1873,95 |





| день: вторник | | неделя: вторая | | возрастная категория: 12-18 л | | 24.12 | | Директор школы О.В. Малофеева | | Медсестра Т.В. Синельникова | | Утверждено | |
|---------------|-----------------------------------------------------|-----------------|------------------|-------------------------------|---------------|--------------------------------------|--|----------------------------------|--|--------------------------------|--|------------|--|
| № реп. | прием пищи, наименование блюда | масса порции | пищевые вещества | | | энергетическая ценность (Ккал) | | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 53 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 6,58 | 4,82 | 49,5 | 268,24 | | | | | | | |
| 380 | Бутерброд с маслом | 50/10 | 8,41 | 10,05 | 21,41 | 212,11 | | | | | | | |
| 299 | чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 45,12 | | | | | | | |
| 109 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 | | | | | | | |
| | Итого завтрак | 30 руб | 18,29 | 15,47 | 107,92 | 632,47 | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 251 | Свекла тушеная в сметанном соусе | 100 | 2,92 | 4,82 | 12,43 | 101,62 | | | | | | | |
| 48 | Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина) | 250 | 9,5 | 8,78 | 25,06 | 210,12 | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | |
| | Итого обед | 80 руб | 38,27 | 38,51 | 110,63 | 1058,61 | | | | | | | |
| | ИТОГО | | 47,01 | 46,72 | 201,98 | 1645,12 | | | | | | | |

| день: среда | | неделя: вторая | | возрастная категория: 12-18 л | | 8 день | | Утверждено Директор школы О.В. Малофеева Медсестра Т.В. Синельникова | | Утверждено Для ДОКУМЕНТОВ | |
|-------------|--------------------------------|----------------|------------------|-------------------------------|---------------|--------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------|--|
| № реп. | прием пищи, наименование блюда | масса порции | пищевые вещества | | | энергетическая ценность (Ккал) | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 132 | Омлет натуральный | 250 | 11,32 | 34,7 | 4,02 | 372,5 | | | | | |
| 382 | Бутерброд с повидлом, маслом | 50/15, /10 | 1,27 | 4 | 20,6 | 123,6 | | | | | |
| 269 | Какао с молоком | 200 | 3,77 | 3,93 | 25,95 | 153,92 | | | | | |
| 109 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 | | | | | |
| | Итого завтрак | 30 руб | 16,53 | 34 | 49,62 | 664 | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 24 | Лук термически обработанный | 100 | 2,2 | 4,5 | 10,5 | 91 | | | | | |
| 43 | Свекольник на м/к бульоне | 250 | 1,93 | 6,34 | 10,05 | 104,16 | | | | | |
| 239 | Картофель отварной | 180 | 3,76 | 8,44 | 32,65 | 218,95 | | | | | |
| 189 | Котлета из говядины | 100 | 14,2 | 15,58 | 7,63 | 285,07 | | | | | |
| 294 | 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 | | | | | |
| | итого обед | 80 руб | 28,25 | 27,92 | 105,12 | 1055,57 | | | | | |
| | ИТОГО | | 54,54 | 54,92 | 201,52 | 1585,67 | | | | | |



| | | | | | | | |
|---------------------------------|---------------------|-------------------------|--------------|---------------|----------------|-----------------|--|
| день: четверг | Р.В.Р. | Директор школы | | | | энергетическая | |
| неделя: вторая | | О.В. Малофеева | | | | ценность (Ккал) | |
| возрастная категория: 12-18 л | | Медсестра | | | | | |
| | | Т.В. Синельникова | | | | | |
| 9 | | | | | | | |
| день | | | | | | | |
| № | | | | | | | |
| ре- | | | | | | | |
| прием пищи, наименование | масса порции | пищевые вещества | | | | | |
| | 12-18 л | Б | Ж | У | К | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 380 | 50/10/10 | 8,41 | 10,05 | 21,41 | 212,11 | | |
| 108 | 250 | 9,32 | 10,11 | 44,22 | 305,79 | | |
| 299 | 200 | 0 | 0 | 15 | 45,12 | | |
| 109 | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 | | |
| | 30 руб | 21,15 | 24,09 | 91,58 | 671,82 | | |
| Обед | | | | | | | |
| 301 | 100 | 1,18 | 1,1 | 2,2 | 19 | | |
| 51 | 250 | 3,52 | 7,98 | 18,09 | 167,89 | | |
| 222 | 180 | 10,47 | 6,5 | 54 | 316,56 | | |
| 172 | 100 | 29,01 | 9,01 | 0,96 | 310,05 | | |
| 294 | 200 | 0 | 0 | 94 | 326 | | |
| 108 | 60 | 2,3 | 0,9 | 15,8 | 135,6 | | |
| 109 | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 | | |
| | 80 руб | 57,02 | 24,99 | 120,07 | 1173,31 | | |
| итого | | 75,47 | 45,54 | 222,18 | 1791,17 | | |

| день: пятница | | неделя: вторая | | возрастная категория: 12-18 л | | 24.12 Директор школы О.В. Малофеева Медсестра Т.В. Синельникова | | Утверждаю _____ Для ДОКУМЕНТОВ | |
|---------------|------|----------------|-------------------------------------------------|-------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------|--------------------------------|
| 10 | день | № | прием пищи, наименование блюда | масса порции | Б | Ж | У | К | энергетическая ценность (Ккал) |
| | | | Завтрак | | | | | | |
| 140 | | | Вареники ленивые | 260 | 27,74 | 8,17 | 28,47 | 301,05 | |
| 382 | | | Бутерброды с повидлом | 50 | 1,27 | 4 | 20,6 | 123,6 | |
| 287 | | | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,37 | 2,3 | 28,23 | 91,43 | |
| 109 | | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 107 | |
| | | | Итого завтрак | 30 руб | 35 | 1434 | 93,06 | 692 | |
| | | | Обед | | | | | | |
| 247 | | | Овощи соленные (огурцы) | 100 | 0,8 | 0,1 | 2,3 | 13 | |
| 37 | | | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | 250 | 1,9 | 6,6 | 10,81 | 111,11 | |
| 211 | | | Плов из отварной курицы | 200 | 21,92 | 27,35 | 40,63 | 496,63 | |
| 289 | | | Напиток из шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 15,72 | 75,76 | |
| 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 | |
| | | | Итого обед | 80 руб | 33,03 | 29,09 | 78,94 | 860,84 | |
| | | | ИТОГО | | 59,94 | 50,92 | 178,04 | 1494,44 | |