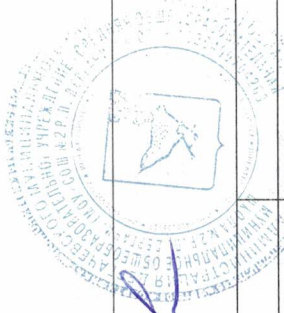


| день: понедельник               |  | 18.12                     | Утверждаю<br>Врио директора<br>А.Б. Адылгиреева | энергетическая<br>ценность (Ккал) |               |   |
|---------------------------------|--|---------------------------|---|-----------------------------------|---------------|---|
| неделя: первая                  | пищевые вещества                           |                           |   | У                                 | Ж             | К |
| возрастная категория: 12-18 лет |  | масса порции<br>12-18 лет | энергетическая<br>ценность (Ккал)               |                                   |               |   |
| 1 день                          | прием пищи, наименование блюда             |                           | Б   | Ж                                 | К             |   |
|                                 | <b>Завтрак</b>                             |                           |   |                                   |               |   |
| 114                             | Каша рисовая молочная жидкая               | 200                       | 10,12   | 10,01                             | 68,41         |   |
| 294                             | чай с лимоном                              | 200                       | 0,07  | 0,01                              | 15,31         |   |
| 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                              | 121,07        |   |
| 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                               | 10,7          |   |
|                                 | <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

| день: вторник                   |   | 19.12         | Утверждаю<br>Врио директора<br>А.Б. Адылгиреева | энергетическая<br>ценность (Ккал) |               |                                   |
|---------------------------------|---|---------------|---|-----------------------------------|---------------|-----------------------------------|
| неделя: первая                  |   |               |   |                                   |               |                                   |
| возрастная категория: 12-18 лет |   |               |   |                                   |               |                                   |
| 2 день                          | прием пищи, наименование блюда                              | масса порции  | пищевые вещества                                |                                   |               | энергетическая<br>ценность (Ккал) |
| № реч.                          |   |               | Б   | Ж                                 | У             |                                   |
|                                 | <b>Завтрак</b>  |               |   |                                   |               |                                   |
| 109                             | Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке                | 200           | 7,93  | 11,15                             | 31,95         | 259,98                            |
| 294                             | чай с лимоном   | 200           | 0,07  | 0,01                              | 15,31         | 61,62                             |
| 365                             | масло порция  | 10            | 0,01  | 7,2                               | 0,1           | 66                                |
| 314                             | булочка молочная  | 50            | 1,74  | 2,39                              | 28,5          | 158                               |
|                                 | <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 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>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                   |   | Утверждаю        |              |                  |                |                                |  |
|-------------------------------|---|------------------|--------------|------------------|----------------|--------------------------------|--|
| неделя: первая                |   | Врио директора   |              |                  |                |                                |  |
| возрастная категория: 12-18 л |   | А.Б. Адылгиреева |              |                  |                |                                |  |
| 3 день                        |   | масса порции     |              | пищевые вещества |                | энергетическая ценность (Ккал) |  |
| № рец.                        | прием пищи, наименование блюда                            | Б                | Ж            | У                | К              |                                |  |
|                               |   | 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> |                                |  |

завх03

|                               |  |               |                  |              |               |                |                |
|-------------------------------|--|---------------|------------------|--------------|---------------|----------------|----------------|
| день: четверг                 | Утверждаю  |               |                  |              |               |                | энергетическая |
| неделя: первая                | Врио директора                                   |               |                  |              |               |                | ценность       |
| возрастная категория: 12-18 л | А.Б. Адылгирева                                  |               |                  |              |               |                | (Ккал)         |
| 4 день                        | 29.12  |               |                  |              |               |                |                |
| № рец.                        | прием пищи, наименование блюда                   | масса порции  | пищевые вещества |              |               |                |                |
|                               |  |               | Б                | Ж            | У             | К              |                |
|                               |  | 12-18 л       |                  |              |               |                |                |
|                               | <b>Завтрак</b>                                   |               |                  |              |               |                |                |
| 107                           | Каша манная молочная жидкая                      | 200           | 7,77             | 10,09        | 38,97         | 180            |                |
| 294                           | чай с лимоном                                    | 200           | 0,07             | 0,01         | 15,31         | 61,62          |                |
| 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 тушенная 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> |                |



| № рец.   | прием пищи, наименование блюда                      | масса порции  | пищевые вещества |              |               | энергетическая ценность (Ккал) |
|--|---|---------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|  |   |               | Б                | Ж            | У             |                                |
| день: пятница<br>неделя: первая<br>возрастная категория: 12-18 л |   |               |                  |              |               |                                |
| 5  | день  |               |                  |              |               |                                |
|  | <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                         |
| 294  | чай с лимоном                                       | 200           | 0,07             | 0,01         | 15,31         | 61,62                          |
|  | <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



| № рец.                        | б день | прием пищи, наименование блюда                 | масса порции  | Утверждаю    |              |               | энергетическая<br>ценность<br>(Ккал) |
|-------------------------------|--------|--|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------------|
|                               |        |  |               | Б            | Ж            | У             |                                      |
| день: понедельник             |        | Врио директора                                 |               |              |              |               |                                      |
| неделя: вторая                |        | А.Б. Адылгиреева                               |               |              |              |               |                                      |
| возрастная категория: 12-18 л |        |  |               |              |              |               |                                      |
|                               |        |  | 12-18 л       |              |              |               |                                      |
| <b>Завтрак</b>                |        |  |               |              |              |               |                                      |
| 108                           |        | Каша пшеничная, молочная жидкая                | 200           | 9,32         | 10,11        | 44,22         | 305,79                               |
| 380                           |        | Бутерброд с маслом, сыр                        | 50/7          | 8,41         | 10,05        | 21,41         | 212,11                               |
| 294                           |        | чай с лимоном                                  | 200           | 0,07         | 0,01         | 15,31         | 61,62                                |
|                               |        | <b>итого завтрак</b>                           | <b>30 руб</b> | <b>20,1</b>  | <b>23,08</b> | <b>109,56</b> | <b>677,68</b>                        |
| <b>Обед</b>                   |        |  |               |              |              |               |                                      |
| 251                           |        | Свекла тушеная в сметанном соусе               | 100           | 2,92         | 4,82         | 12,43         | 101,62                               |
| 46                            |        | Суп картофельный с клецками на курином бульоне | 250           | 6,9          | 5,42         | 16,84         | 146,8                                |
| 228                           |        | Макаронные изделия отварные с овощами          | 180           | 7,18         | 7,86         | 45,64         | 282,8                                |
| 212                           |        | Птица отварная                                 | 100           | 26,02        | 26,02        | 1,38          | 346,69                               |
| 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                                  |
|                               |        | <b>итого обед</b>                              | <b>70 руб</b> | <b>49,02</b> | <b>45,82</b> | <b>108,41</b> | <b>1196,27</b>                       |
|                               |        | <b>ИТОГО</b>                                   |               | <b>69,12</b> | <b>68,9</b>  | <b>217,97</b> | <b>1873,95</b>                       |

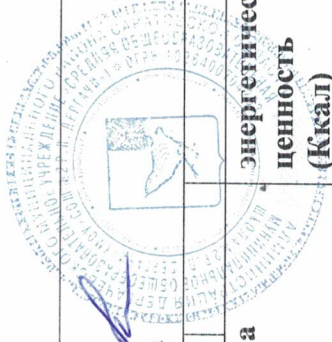
ЗавХ03

| день: вторник                 |                                      | Утверждаю<br>Врио директора<br>А.Б. Адылгиреева | энергетическая<br>ценность<br>(Ккал) |                                      |                |
|-------------------------------|--------------------------------------|---|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------|
| неделя: вторая                | 26.12                                |   | К                                    |                                      |                |
| возрастная категория: 12-18 л |                                      | пищевые вещества                                |                                      | энергетическая<br>ценность<br>(Ккал) |                |
| 7 день                        | масса порции                         | Б   | Ж                                    |                                      | У              |
| № рец.                        | прием пищи, наименование блюда       |   |                                      |                                      | К              |
|                               | 12-18 л                              |   |                                      |                                      |                |
|                               | <b>Завтрак</b>                       |   |                                      |                                      |                |
| 53                            | Суп молочный с макаронными изделиями | 200   | 4,82                                 | 49,5                                 | 268,24         |
| 380                           | Бутерброд с маслом, сыр              | 50/7  | 10,05                                | 21,41                                | 212,11         |
| 294                           | чай с лимоном                        | 200   | 0,01                                 | 15,31                                | 61,62          |
|                               | <b>итого завтрак</b>                 | <b>30 руб</b>                                   | <b>18,8</b>                          | <b>96,86</b>                         | <b>634,27</b>  |
|                               | <b>Обед</b>                          |   |                                      |                                      |                |
| 24                            | Лук термически обработанный          | 100   | 2,2                                  | 10,5                                 | 91             |
| 43                            | Свекольник на м\к бульоне            | 250   | 1,93                                 | 10,05                                | 104,16         |
| 239                           | Картофель отварной                   | 180   | 3,76                                 | 8,44                                 | 218,95         |
| 189                           | Котлета из говядины                  | 100   | 14,2                                 | 15,58                                | 285,07         |
|                               | Напиток Витошка                      | 200   | 0                                    | 19,6                                 | 326            |
| 108                           | Хлеб пшеничный в\с                   | 60  | 2,3                                  | 15,8                                 | 135,6          |
| 109                           | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40  | 3,3                                  | 0,6                                  | 107            |
|                               | <b>итого обед</b>                    | <b>70 руб</b>                                   | <b>27,92</b>                         | <b>105,12</b>                        | <b>1055,57</b> |
|                               | <b>ИТОГО</b>                         |   | <b>47,01</b>                         | <b>201,98</b>                        | <b>1645,12</b> |

завхоз

| день: среда |  | неделя: вторая |              | возрастная категория: 12-18 л |               | 8 день         |  | Утверждаю<br>Врио директора<br>А.Б. Адылгирева |  | энергетическая<br>ценность<br>(Ккал) |
|-------------|--|----------------|--------------|-------------------------------|---------------|----------------|--|--|--|--------------------------------------|
| № рец.      | прием пищи, наименование блюда           | масса порции   | Б            | Ж                             | У             | К              |  |  |  |                                      |
| 132         | Завтрак<br>Омлет натуральный             | 200            | 11,32        | 34,7                          | 4,02          | 372,5          |  |  |  |                                      |
| 382         | Бутерброды с повидлом                    | 50             | 1,27         | 4                             | 20,6          | 123,6          |  |  |  |                                      |
| 269         | Какао с молоком                          | 200            | 3,77         | 3,93                          | 25,95         | 153,92         |  |  |  |                                      |
|             | <b>итого завтрак</b>                     | <b>30 руб</b>  | <b>16,36</b> | <b>42,63</b>                  | <b>50,57</b>  | <b>650,02</b>  |  |  |  |                                      |
|             | <b>Обед</b>                              |                |              |                               |               |                |  |  |  |                                      |
| 251         | Свекла тушеная в сметанном соусе         | 100            | 2,92         | 4,82                          | 12,43         | 101,62         |  |  |  |                                      |
| 42          | Рассольник ленинградский на кур. бульоне | 250            | 5,02         | 11,3                          | 32,37         | 162,1          |  |  |  |                                      |
| 211         | Плов из отварной курицы                  | 200            | 21,92        | 27,35                         | 40,63         | 496,63         |  |  |  |                                      |
| 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>38,27</b> | <b>38,51</b>                  | <b>110,63</b> | <b>1058,61</b> |  |  |  |                                      |
|             | <b>итого</b>                             |                | <b>54,54</b> | <b>54,92</b>                  | <b>201,52</b> | <b>1585,67</b> |  |  |  |                                      |

завх03



| день: четверг<br>неделя: вторая<br>возрастная категория: 12-18 л |        | 28.12                                       |               | Утверждаю<br>Врио директора<br>А.Б. Адылгиреева |              | энергетическая<br>ценность<br>(Ккал) |                |
|--|--------|---|---------------|---|--------------|--------------------------------------|----------------|
|  |        | масса порции                                |               | пищевые вещества                                |              |                                      |                |
| 9 день   | № рец. | прием пищи, наименование блюда              |               | Б   | Ж            | У                                    | К              |
|  |        | <b>Завтрак</b>                              |               |   |              |                                      |                |
| 380  |        | Бутерброд с маслом, сыр                     | 50/7          | 8,41  | 10,05        | 21,41                                | 212,11         |
| 108  |        | Каша молочная пшеничная жидкая              | 200           | 9,32  | 10,11        | 44,22                                | 305,79         |
| 294  |        | чай с лимоном                               | 200           | 0,07  | 0,01         | 15,31                                | 61,62          |
|  |        | <b>итого завтрак</b>                        | <b>30 руб</b> | <b>21,15</b>                                    | <b>24,09</b> | <b>91,58</b>                         | <b>671,82</b>  |
|  |        | <b>Обед</b>                                 |               |   |              |                                      |                |
|  |        | капуста квашеная промышленного производства | 100           | 1,18  | 1,1          | 2,2                                  | 19             |
| 48   |        | Суп картофельный с мясными фрикадельками    | 250           | 9,76  | 6,82         | 19,01                                | 175,1          |
| 222  |        | Каша пшеничная 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         |
| 274  |        | Кисель из концентрата плодово-ягодного      | 200           | 1   | 0,06         | 27,5                                 | 110            |
| 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