



№ реп.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
114	Завтрак Каша рисовая молочная жидкая	180	10,12	10,01	68,41	404,18
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	45,12
380	Бутерброд с маслом, сыр порция	50\7	8,41	10,05	21,41	212,11
	итого завтрак	30 руб	22,3	23,99	115,77	770,21
	Обед					
24	лук термически обработанный	100	2,2	4,5	10,5	91
45	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	250	2,33	8,25	13,58	171,5
214	Рагу из птицы: птица, картофель, лук, морковь, томат	200	21,96	27,97	26	459,25
294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
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	23,34	26,23	115,93	834,79
	итого		45,64	50,22	231,7	1605

18.11
 Утверждаю
 директор школы
 О.В. Малофеева

18.11

день: понедельник
 неделя: первая
 возрастная категория: 12-18 лет

завхоз

м/с см



№ рец.	2 день	прием пищи, наименование блюда	масса порций	Утверждаю директор школы О.В. Малофеева				энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	К	
109	12-18 лет	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке	250	7,93	11,15	31,95	259,98	
299	200	Чай с сахаром	200	0	0	15	45,12	
365	5	масло порция	5	0,01	7,2	0,1	66	
314	100	булочка молочная	100	1,74	2,39	28,5	158	
	30 руб	итого завтрак		14,25	25,47	106,1	731,9	
		Обед						
	100	капуста квашеная промышленного производства	100	1,18	1,1	2,2	19	
47	250	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	250	2,83	2,86	21,76	124,9	
219	180	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,47	6,5	54	316,56	
174/265	100	Тефтели рыбные с соусом томатным	100	8,95	5,48	9,16	121,07	
	200	Напиток Витошка	200	0	0	19,4	326	
108	60	Хлеб пшеничный в/с	60	2,3	0,9	15,8	135,6	
109	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6	107	
	80 руб	итого обед		29,27	32,89	93,26	848,75	
		ИТОГО		43,52	58,36	199,36	1580,65	

завхоз *[Signature]*

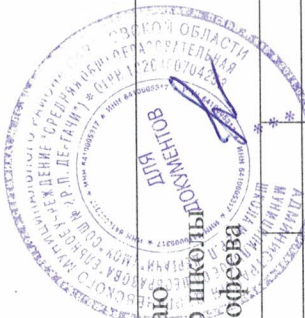
м/с



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)			
			Б	Ж	У	К
3	день: среда неделя: первая возрастная категория: 12-18 л	20.11	Утверждаю директор школы О.В. Малофеева			
141	Завтрак 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	100	8,41	10,05	21,41	212,11
	итого завтрак	30 руб	37,48	31,04	89,23	745,54
	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	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
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

завхоз

ms a



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
5 день	день: пятница неделя: первая возрастная категория: 12-18 л					
		12-18 л				
	Завтрак					
102	Каша "Дружба" на молоке	250	7,67	8,2	52,47	314,32
380	Бутерброд с маслом	100	8,41	10,05	21,41	212,11
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	45,12
	итого завтрак	30 руб	18,45	20,55	102,11	617,86
	Обед					
	Капуста квашеная <i>0,25 руб</i> промышленного производства <i>с соевыми нутрами</i>	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
	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

ЗавХОЗ

м.с.д.



№ рец.	4 день	день: четверг неделя: первая возрастная категория: 12-18 л	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю директор школы О.В. Малофеева				энергетическая ценность (Ккал)
					Б	Ж	У	К	
107			Завтрак Каша манная молочная жидкая	250	7,77	10,09	38,97	180	
299			Чай с сахаром	200	0	0	15	45,12	
380			Бутерброд с маслом	100	8,41	10,05	21,41	212,11	
			итого завтрак	30 руб	19,95	24,69	102,03	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	

завхоз

м.с.и

день: понедельник		20.11		Утверждаю			энергетическая ценность (Ккал)
неделя: вторая				директор школы			
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева			
№	день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			
	6		12-18 л	Б	Ж	У	К
		Завтрак					
108		Каша пшеничная, молочная жидкая	180	9,32	10,11	44,22	305,79
380		Бутерброд с маслом, сыр	50/7	8,41	10,05	21,41	212,11
299		чай с сахаром	200	0	0	15	45,12
		итого завтрак	30 руб	20,1	23,08	109,56	677,68
		Обед					
24		лук термически обработанный	100	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 из «Геркулеса» вязкая	180	3,03	5,45	15,74	115,62
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 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	49,02	45,82	108,41	1196,27
		ИТОГО		69,12	68,9	217,97	1873,95

ЗавХОЗ

СМК

день: вторник		неделя: вторая		возрастная категория: 12-18 л		26.11		Утверждаю директор школы О.В. Малофеева		энергетическая ценность (Ккал)	
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	К					
7	день	12-18 л	Б	Ж	У	К					
	Завтрак										
53	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,58	4,82	49,5	268,24					
380	Бутерброд с маслом	50	8,41	10,05	21,41	212,11					
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	45,12					
	итого завтрак	30 руб	18,76	18,8	96,86	634,27					
	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					

Завхоз

СМ



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю директор школы О.В. Малофеева			энергетическая ценность (Ккал)
			12-18 л	Б	Ж	
8 день						
132	Завтрак 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
	итого завтрак	30 руб	16,36	42,63	50,57	650,02
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
	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

завхоз

Сел

день: четверг		18.11		Утверждаю					
неделя: вторая				директор школы					
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева					
№	день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)		
			12-18 л	Б	Ж	У	К		
		Завтрак							
380		Бутерброд с маслом	50	8,41	10,05	21,41		212,11	
108		Каша молочная пшеничная жидкая	200	9,32	10,11	44,22		305,79	
299		Чай с сахаром	200	0	0	15		45,12	
		итого завтрак	30 руб	21,15	24,09	91,58		671,82	
		Обед							
		капуста квашеная промышленного производства	100	1,18	1,1	2,2		19	
51		Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне	250	3,52	7,98	18,09		167,89	
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	
294		чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31		61,62	
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	

ЗАВХОЗ

СМ

день: пятница		Утверждаю			
неделя: вторая		директор школы			
		О.В. Малофеева			
возрастная категория: 12-18 л					
10	день	29.10			
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пшеничные вещества	энергетическая ценность (Ккал)	
		12-18 л	Б	Ж	У
			К		
	Завтрак				
140	Вареники ленивые	200	27,74	8,17	28,47
382	Бутерброды с повидлом	50	1,27	4	20,6
287	Кофейный напиток с молоком	200	2,37	2,3	28,23
	итого завтрак	30 руб	31,38	15,09	93
	Обед				
247	Овощи соленые (огурцы)	100	0,8	0,1	2,3
37	Борщ с капустой и картофелем на кур.бульоне	250	1,9	6,6	10,81
211	Плов из отварной курицы	200	21,92	27,35	40,63
289	Напиток из шиповника	200	0,4	0,2	15,72
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	33,03	29,09	78,94
	ИТОГО		59,94	50,92	178,04
					1494,44



ЗавХОЗ

Сл