

день: понедельник		19.02		Утверждаю		
неделя: первая				Директор школы		
возрастная категория: 12-18 лет				О.В. Малофеева		
1 день				Медсестра		
№ рец.				Т.В. Синельникова		
прием пищи, наименование блюда		масса порции		энергетическая ценность (Ккал)		
		12-18 лет		К		
Завтрак						
114	Каша рисовая молочная жидкая	280	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\10\10	8,41	10,05	21,41	212,11
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6	107
	Итого завтрак	30 руб	22,6	20,7	126,24	769
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 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	23,34	26,23	115,93	834,79
	итого		45,64	50,22	231,7	1605

день: вторник						Утверждаю	
неделя: первая						Директор школы О.В. Малофеева	
возрастная категория: 12-18 лет						Медсестра Т.В. Синельникова	
2 день							Документов
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества	энергетическая ценность (Ккал)			
		12-18 лет	Б	Ж	У	К	
	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	Тефтели рыбные с соусом томатным	100	8,95	5,48	9,16	121,07	
294	Напиток Виташка	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		Директор школы		Утверждаю	
неделя: первая		О.В. Малофеева			
возрастная категория: 12-18 л		Медсестра		для документов	
3		Т.В. Синельникова			
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества	энергетическая ценность (Ккал)	
день		12-18 л	Б	Ж	У
реп.					К
Завтрак					
141	Запеканка из творога	250	26,7	19,38	39,59
287	Кофейный напиток с молоком	200	2,37	2,3	28,23
380	Бутерброд с маслом	50/15	8,41	10,05	21,41
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	Итого завтрак	30 руб	37,5	31,8	89,9
Обед					
247	Овощи соленные (огурцы)	100	0,8	0,1	2,3
50	Суп картофельный с рыбой	250	13,21	4,11	6,7
227	Макаронные изделия отварные	180	7,49	7,09	51,58
180	Гуляш из говядины	100	18,95	17,89	4,05
294	Кисель Витошка	200	0	0	94
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		70,51	60,82	168,17
					1606,38

день: четверг		22.05		Утверждаю			
неделя: первая				Директор школы			
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева			
				Медсестра			
				Т.В. Синельникова			
4 день							
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	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		23.05		Утверждаю	
неделя: первая				Директор школы	
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева	
				Медсестра	
				Т.В. Синельникова	
5 день					
№ реп.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
		12-18 л	Б	Ж	У
	Завтрак				К
102	Каша "Дружба" на молоке	300	7,67	8,2	52,47
380	Бутерброд с маслом, с сыром	50/10/15	8,41	10,05	21,41
299	Чай с сахаром	200	0	0	15
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	итого завтрак	30 руб	18,45	20,55	102,11
	Обед				
301	Капуста квашеная	100	1,18	1,1	2,2
63	Щи из свежей капусты с картофелем на кур бульоне	250	2,09	6,33	10,64
130	Пюре из гороха с маслом	180	31,23	5,19	53,71
212/265	птица отварная с соусом томатным	100	7,04	10,33	4,19
294	Напиток Витошка	200	0	0	19,6
108	Хлеб пшеничный вс	60	2,3	0,9	15,8
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	итого обед	80 руб	57,02	24,99	120,07
	итого		75,47	45,54	222,18
					1173,31
					1791,17