

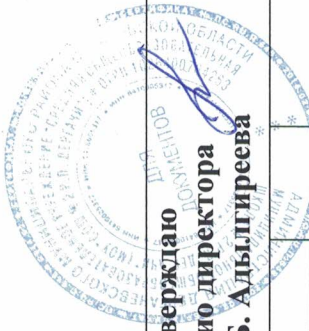
1 день		2 октября		Утверждаю Врио директора А.Б. Альпиреева			энергетическая ценность (Ккал)	
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			К		
		12-18 лет	Б	Ж	У			
	Завтрак							
114	Каша рисовая молочная жидкая	200	10,12	10,01	68,41	404,18		
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92		
380	Бутерброд с маслом, сыр	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 м/к бульоне	250	2,33	8,25	13,58	171,5		
227	Макаронные изделия отварные	180	7,49	7,09	51,58	254		
174\265	Тефтели рыбные с соусом томатным	100	8,95	5,48	9,16	121,07		
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	70 руб	23,34	26,23	115,93	834,79		
	итого		45,64	50,22	231,7	1605		

ЗавХО3




день: вторник		3 октября		Утверждаю		Врио директора		энергетическая	
неделя: первая				А.Б. Адылгирева				ценность (Ккал)	
возрастная категория: 12-18 лет									
2 день									
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	К			
		12-18 лет							
	Завтрак								
109	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке	200	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			
	итого завтрак	30 руб	14,25	25,47	106,1	731,9			
	Обед								
	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			
	итого обед	70 руб	29,27	32,89	93,26	848,75			
	итого		43,52	58,36	199,36	1580,65			

завХОЗ



день: среда		4 октября		Утверждаю					
неделя: первая				Врио директора					
возрастная категория: 12-18 л				А.Б. Адылгирева					
3 день		прием пищи, наименование блюда		пищевые вещества		энергетическая ценность (Ккал)			
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	К			
		12-18 л							
	Завтрак								
141	Запеканка из творога	200	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, сыр	50/7	8,41	10,05	21,41	212,11			
	итого завтрак	30 руб	37,48	31,73	89,23	745,54			
	Обед								
247	Овощи соленые (огурцы)	100	0,8	0,1	2,3	13			
37	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне (говядина)	250	1,9	6,6	10,81	111,11			
193	плов из отварной говядины	200	24,33	20,69	33,71	418,37			
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	70 руб	33,03	29,09	78,94	860,84			
	итого		70,51	60,82	168,17	1606,38			

завхоз

№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)			
			Б	Ж	У	К
4 день		12-18 л				
5 октября	прием пищи, наименование блюда					
неделя: первая						
возрастная категория: 12-18 л						
						
251	Завтрак					
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
	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
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
	итого обед	70 руб	26,71	30,75	117,74	1005,87
	итого		46,66	55,44	219,77	1620,25

день: пятница		6 октября		Утверждаю			
неделя: первая				Врио директора			
возрастная категория: 12-18 л				А.Б. Адылгирева			
5 день							
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)	
		12-18 л	Б	Ж	У	К	
	Завтрак						
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
	итого завтрак	30 руб	18,45	20,55	102,11		617,86
	Обед						
	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
	итого обед	70 руб	57,02	24,99	120,07		1173,31
	итого		75,47	45,54	222,18		1791,17

завх03