

Утверждаю
директор школы
О.В. Малофеева

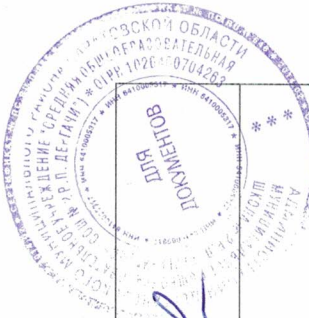
5.11

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

№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порций	пищевые вещества				энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	К	
		12-18 лет					
Завтрак							
109	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке	250	7,93	11,15	31,95	259,98	
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	45,12	
365	масло порция	5	0,01	7,2	0,1	66	
314	булочка молочная	100	1,74	2,39	28,5	158	
	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 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	
	Напиток Витощка	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	

завхоз

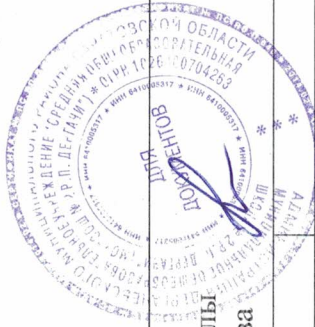
м/с



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю				энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	К	
3	день: среда неделя: первая возрастная категория: 12-18 л						
		12-18 л					
	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	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

м/с а



№ рец.	день: четверг неделя: первая	возрастная категория: 12-18 л	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
					Б	Ж	У
4 день							
				12-18 л			
					Б	Ж	У
							К
			Завтрак				
107			Каша манная молочная жидкая	250	7,77	10,09	38,97
299			Чай с сахаром	200	0	0	15
380			Бутерброд с маслом	100	8,41	10,05	21,41
			итого завтрак	30 руб	19,95	24,69	102,03
			Обед				
251			Свекла тушеная в сметанном соусе	100	2,92	4,82	12,43
42			Рассольник ленинградский нам/к. бульоне	250	5,02	11,3	32,37
193			шлов из отварной говядины	200	24,33	20,69	33,71
283			Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	27,89
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	26,71	30,75	117,74
			итого		46,66	55,44	219,77
					46,66	55,44	219,77

завхоз

м.с. о.

[Handwritten signature]



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
			Б	Ж	У
5	день: пятница неделя: первая возрастная категория: 12-18 л				
			Утверждаю директор школы О.В. Малофеева		
			энергетическая ценность (Ккал)		
	Завтрак				
102	Каша "Дружба" на молоке	250	7,67	8,2	52,47
380	Бутерброд с маслом	100	8,41	10,05	21,41
299	Чай с сахаром	200	0	0	15
	итого завтрак	30 руб	18,45	20,55	102,11
	Обед				
	Капуста квашеная промышленного производства	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
	Напиток Витошка	200	0	0	19,6
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	57,02	24,99	120,07
	ИТОГО		75,47	45,54	222,18

завхоз

мск

день: понедельник		Утверждаю					
неделя: вторая		директор школы					
возрастная категория: 12-18 л		О.В. Малофеева					
6							
день							
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)	
реп.		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

СМ

день: вторник		Утверждаю		энергетическая		
неделя: вторая		директор школы		ценность		
возрастная категория: 12-18 л		О.В. Малофеева		(Ккал)		
7						
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
			12-18 л	Б	Ж	
	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



день: среда	Утверждаю					
неделя: вторая	директор школы					
возрастная категория: 12-18 л	О.В. Малофеева					
8 день	15.11					
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак	12-18 л				
132	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

СМ

день: четверг		14.11		Утверждаю			
неделя: вторая				директор школы			
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева			
9							
день							
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	нищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)	
реп.		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	15.10		Утверждаю			
неделя: вторая			директор школы			
			О.В. Малофеева			
возрастная категория: 12-18 л						
10 день						
№ реп.	наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	энергетическая ценность (Ккал)
		12-18 л				К
	Завтрак					
140	Вареники ленивые	200	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
	итого завтрак	30 руб	31,38	15,09	93	584,43
	Обед					
247	Овощи соленные (огурцы)	100	0,8	0,1	2,3	13
37	Борщ с капустой и картофелем на кур.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

завХОЗ