

день: понедельник		7.04		Утверждено	
неделя: первая				Директор школы О.В. Малофеева	
возрастная категория: 12-18 лет				Медсестра Т.В. Синельникова	
1 день					
№ рсц.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
		12-18 лет	Б	Ж	У
	Завтрак				
114	Каша рисовая молочная жидкая	280	10,12	10,01	68,41
299	Чай с сахаром	200	0	0	15
380	Бутерброд с маслом, сыр порция	50\10/10	8,41	10,05	21,41
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	Итого завтрак	30 руб	22,6	20,7	126,24
	Обед				
24	лук термически обработанный	100	2,2	4,5	10,5
45	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	250	2,33	8,25	13,58
214	Рагу из птицы: птица, картофель, лук, морковь, томат	200	21,96	27,97	26
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	0,6
	итого обед	80 руб	23,34	26,23	115,93
	итого		45,64	50,22	231,7
					1605

день: вторник						Утверждаю	
неделя: первая						Директор школы	
возрастная категория: 12-18 лет						О.В. Малофеева	
2 день						Медсестра	
№ рец.						Т.В. Синельникова	
						для	
						ДОКУМЕНТОВ	

день: среда		неделя: первая		возрастная категория: 12-18 л		Директор школы О.В. Малофеева Медсестра Т.В. Синельникова		Утверждаю _____ для документов	
3	день	прием пищи, наименование блюда		масса порции	пищевые вещества	энергетическая ценность (Ккал)			
		Завтрак		12-18 л	Б	Ж	У	К	
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		50/15	8,41	10,05	21,41	212,11	
109		Хлеб ржано-пшеничный		40	3,3	0,6	0,6	107	
		Итого завтрак		30 руб	37,5	31,8	89,9	845	
		Обед							
247		Овощи соленные (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		Кисель Витوشка		200	0	0	94	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	33,03	29,09	78,94	860,84	
		итого			70,51	60,82	168,17	1606,38	

день: четверг		10.04		Утверждено	
неделя: первая				Директор школы О.В. Малофеева	
возрастная категория: 12-18 л				Медсестра Т.В. Синельникова	
4 день					
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества	энергетическая ценность (Ккал)	
		12-18 л	Б	Ж	У
	Завтрак				
107	Каша манная молочная жидкая	300	7,77	10,09	38,97
299	Чай с сахаром	200	0	0	15
380	Бутерброд с маслом, повидлом	50/10/15,	8,41	10,05	21,41
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	итого завтрак	30 руб	39,48	46,4	190,91
	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	плов 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
					1620,25



день: пятница		11.04.		Директор школы		Утверждаю	
неделя: первая				О.В. Малофеева			
возрастная категория: 12-18 л				Медсестра			
				Т.В. Синельникова			
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	300	7,67	8,2	52,47	314,32	
380	Бутерброд с маслом,с сыром	50/10/15	8,41	10,05	21,41	212,11	
299	чай с сахаром	200	0	0	15	45,12	
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6	107	
	итого завтрак	30 руб	18,45	20,55	102,11	617,86	
Обед							
301	Капуста квашеная	100	1,18	1,1	2,2	19	
63	промышленного производства 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	
294	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	

день: понедельник		14.04		Утверждаю	
неделя: вторая				Директор школы	
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева	
				Медсестра	
				Т.В. Синельникова	
6	день				
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
		12-18 л	Б	Ж	У
	Завтрак				
108	Каша пшеничная, молочная жидкая	250	9,32	10,11	44,22
380	Бутерброд с маслом, сыр	50/10/10	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	20,1	23,08	109,56
	Обед				
24	лук термически обработанный	100	2,2	4,5	10,5
46	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	250	6,9	5,42	16,84
220	Каша перловая	180	17	2,1	128
210	Курица в соусе с томатом	100	31,09	35,43	5,89
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	49,02	45,82	108,41
	ИТОГО		69,12	68,9	217,97
					1873,95

день: вторник		15.04		Утверждаю	
неделя: вторая				Директор школы	
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева	
				Медсестра	
				Т.В. Синельникова	
7*	день				
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
		12-18 л	Б	Ж	У
	Завтрак				
53	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,58	4,82	49,5
380	Бутерброд с маслом	50/10	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	18,29	15,47	107,92
	Обед				
251	Свекла тушеная в сметанном соусе	100	2,92	4,82	12,43
48	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина)	250	9,5	8,78	25,06
219	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,47	6,5	54
172	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	29,01	9,01	0,96
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	38,27	38,51	110,63
	ИТОГО		47,01	46,72	201,98
					1058,61
					1645,12

день: среда		16.04		Утверждаю		
неделя: вторая				Директор школы		
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева		
				Медсестра		
				Т.В. Синельникова		
8 день						
№ реп.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
			12-18 л	Б	Ж	
Завтрак						
132	Омлет натуральный	250	11,32	34,7	4,02	372,5
382	Бутерброд с повидлом,маслом	50/15,/10	1,27	4	20,6	123,6
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6	107
	Итого завтрак	30 руб	16,53	34	49,62	664
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
294	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



день: четверг		17.04.		Утверждаю	
неделя: вторая				Директор школы	
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева	
				Медсестра	
				Т.В. Синельникова	
9	день				
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
		12-18 л	Б	Ж	У
	Завтрак				
380	Бутерброд с маслом, повидлом	50/10/10	8,41	10,05	21,41
108	Каша молочная пшеничная жидкая	250	9,32	10,11	44,22
299	Чай с сахаром	200	0	0	15
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	итого завтрак	30 руб	21,15	24,09	91,58
	Обед				
301	капуста квашеная промышленного производства	100	1,18	1,1	2,2
51	Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне	250	3,52	7,98	18,09
222	Каша пшеничная рассыпчатая	180	10,47	6,5	54
172	Рыба тушеная в томате с овощами	100	29,01	9,01	0,96
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	57,02	24,99	120,07
	итого		75,47	45,54	222,18
					1173,31
					1791,17

день: пятница		18.04		Утверждаю	
неделя: вторая				Директор школы	
				О.В. Малофеева	
возрастная категория: 12-18 л				Медсестра	
				Т.В. Синельникова	
10					
день					
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества		энергетическая ценность (Ккал)
		12-18 л	Б	Ж	У
	Завтрак				
140	Вареники ленивые	260	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
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6
	Итого завтрак	30 руб	35	1434	93,06
	Обед				
247	Овощи соленные (огурцы)	100	0,8	0,1	2,3
37	Борщ с капустой и картофелем на курином 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