



№ рец.	I день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
				Б	Ж	У
Завтрак						
114		Каша рисовая молочная жидкая	180	10,12	10,01	68,41
299		Чай с сахаром	200	0	0	15
380		Бутерброд с маслом, сыр порция	50\7	8,41	10,05	21,41
		итого завтрак	30 руб	22,3	23,99	115,77
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

3009

Утверждаю
директор школы
О.В. Малофеева

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]
завхоз

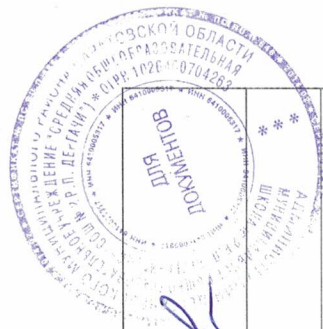
[Handwritten signature]



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порций	Утверждаю				энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	К	
день: вторник							
неделя: первая							
возрастная категория: 12-18 лет							
2 день							
109	Завтрак 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 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	80 руб	29,27	32,89	93,26	848,75	
	итого		43,52	58,36	199,36	1580,65	

завхоз *[подпись]*

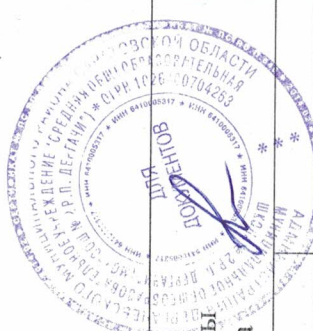
м/с



день: среда	неделя: первая	возрастная категория: 12-18 л	Утверждаю директор школы О.В. Малюфеева	энергетическая ценность (Ккал)		
				Б	Ж	У
3	02.10					
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пшечные вещества	энергетическая ценность (Ккал)		
		12-18 л	Б	Ж	У <td>К</td>	К
	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 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	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

мкс а



День: четверг		Утверждаю					
неделя: первая		директор школы					
возрастная категория: 12-18 л		О.В. Малофеева					
4 день							
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)	
			Б	Ж	У		К
		12-18 л					
	Завтрак						
107	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

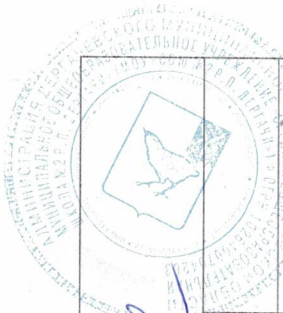
м.с. а.



5 день	№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	
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 промышленного производства	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 Витощка	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

МС



день: понедельник		07.10		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							
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

Сук

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

Син

Син





№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
			Б	Ж	У
день: среда		09.10	Утверждаю		
неделя: вторая			директор школы		
возрастная категория: 12-18 л			О.В. Малофеева		
8 день					
132	Завтрак	200	11,32	34,7	4,02
382	Омлет натуральный	50	1,27	4	20,6
269	Бутерброды с повидлом	200	3,77	3,93	25,95
	Какао с молоком	30 руб	16,36	42,63	50,57
	итого завтрак				
	Обед				
24	Лук термически обработанный	100	2,2	4,5	10,5
43	Свекольник на м\к бульоне	250	1,93	6,34	10,05
239	Картофель отварной	180	3,76	8,44	32,65
189	Котлета из говядины	100	14,2	15,58	7,63
	Нашиток 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	28,25	27,92	105,12
	ИТОГО		54,54	54,92	201,52
					1585,67

завхоз

Сел

день: четверг		10.10	Утверждаю			энергетическая ценность (Ккал)
неделя: вторая			директор школы О.В. Малофеева			
возрастная категория: 12-18 л		масса порции	пищевые вещества			К
9	день		Б	Ж	У	
№ реп.	прием пищи, наименование блюда					
Завтрак		12-18 л				
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

завХО3

СМ

день: пятница	11.10.	Утверждаю			
неделя: вторая		директор школы			
		О.В. Малофеева			
возрастная категория: 12-18 л					
10 день					
№ реп.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые 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