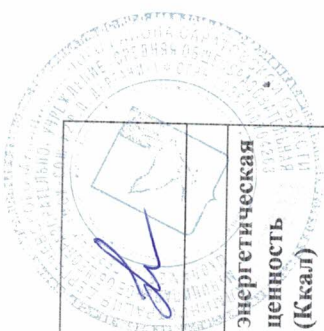


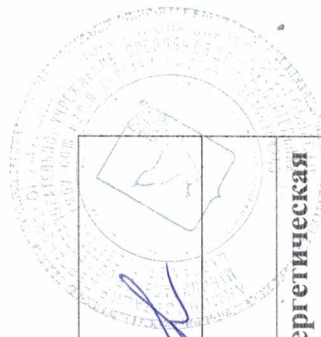
день: понедельник		Утверждаю					
неделя: первая		Врио директора школы					
возрастная категория: 12-18 лет		А.Б. Адылгиреева					
№ п/п	I день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	
			12-18 лет				
		Завтрак					
114		Каша рисовая молочная жидкая	180	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\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 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

завхоз



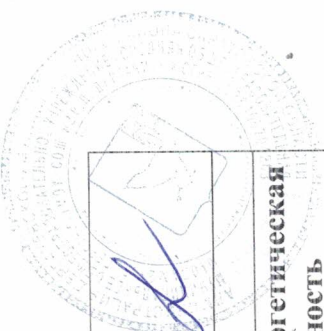
день: вторник		Утверждаю					
неделя: первая		Врио директора					
возрастная категория: 12-18 лет		А.Б. Адылгирева					
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)	
2 день		12-18 лет	Б	Ж	У	К	
	Завтрак						
109	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке	180	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	40	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



день: среда		Утверждаю				энергетическая ценность (Ккал)
неделя: первая		Врио директора школы А.Б. Адылгиреева				
возрастная категория: 12-18 л						
3 день		масса порции	Б	Ж	У	К
№ реп.	прием пищи, наименование блюда		пищевые вещества			
		12-18 л				
	Завтрак					
141	Запеканка из творога	180	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	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



№ рец.	4 день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю Врио директора школы А.Б. Адылгирева				энергетическая ценность (Ккал)
				12-18 л	Б	Ж	У	
		Завтрак						
107		Каша манная молочная жидкая	180	7,77	10,09	38,97	180	
299		Чай с сахаром	200	0	0	15	45,12	
380		Бутерброд с маслом	50	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	

завХО3

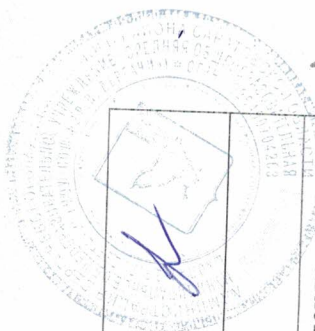


день: пятница		неделя: первая		возрастная категория: 12-18 л		Утверждаю Врио директора школы А.Б. Адылгирева		энергетическая ценность (Ккал)
5 день	№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	12-18 л	Б	Ж	У	
		Завтрак						
102		Каша "Дружба" на молоке	180		7,67	8,2	52,47	314,32
380		Бутерброд 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		18,45	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 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

завх03

день: понедельник		12.02		Утверждаю				
неделя: вторая				Бриго директора школы				
возрастная категория: 12-18 л				А.Б. Адылгиреева				
б	день	масса порции	Б	Ж	У	энергетическая ценность (Ккал)		
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	12-18 л				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		

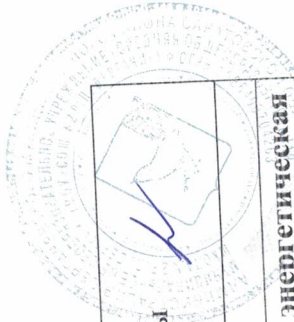
завхоз



день: вторник		Утверждаю Врио директора школы А.Б. Адылгиреева	энергетическая ценность (Ккал)		
неделя: вторая	1302		пищевые вещества	Б	Ж
возрастная категория: 12-18 л		масса порции			
7		12-18 л	Б	Ж	У
день					
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции			
		12-18 л	Б	Ж	У
	Завтрак				
53	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,58	4,82	49,5
380	Бутерброд с маслом	50	8,41	10,05	21,41
299	Чай с сахаром	200	0	0	15
	итого завтрак	30 руб	18,76	18,8	96,86
	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 ВС	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

завхоз

(Signature)

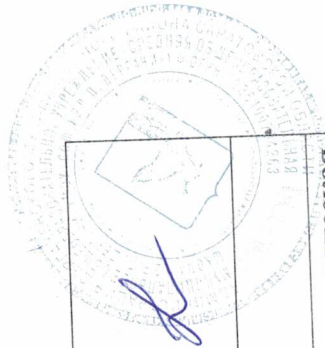


день: среда		неделя: вторая		возрастная категория: 12-18 л		Утверждаю Врио директора школы А.Б. Адылгирева		энергетическая ценность (Ккал)
14.02		масса порции		пищевые вещества		К		
№ рек.	прием пищи, наименование блюда	12-18 л	Б	Ж	У		К	
	Завтрак							
132	Омлет натуральный	200	11,32	34,7	4,02		372,5	
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

день: четверг		15.02		Утверждаю		Врио директора школы		энергетическая	
неделя: вторая				А.Б. Адылгиреева				ценность	
возрастная категория: 12-18 л								(Ккал)	
9	день	№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			К	
					Б	Ж	У		
				12-18 л					
380			Завтрак	50	8,41	10,05	21,41	212,11	
108			Бутерброд с маслом	200	9,32	10,11	44,22	305,79	
299			Каша молочная пшеничная жидкая	200	0	0	15	45,12	
			Чай с сахаром	30 руб	21,15	24,09	91,58	671,82	
			Итого завтрак						
			Обед						
			капуста квашеная промышленного производства	100	1,18	1,1	2,2	19	
			Суп крестьянский с крупой на м/к	250	3,52	7,98	18,09	167,89	
51			бульоне	180	10,47	6,5	54	316,56	
222			Каша пшеничная рассыпчатая	100	29,01	9,01	0,96	310,05	
172			Рыба тушеная в томате с овощами	200	0,07	0,01	15,31	61,62	
294			чай с лимоном	60	2,3	0,9	15,8	135,6	
108			Хлеб пшеничный в\с	40	3,3	0,6	0,6	107	
109			Хлеб ржано-пшеничный	80 руб	57,02	24,99	120,07	1173,31	
			Итого обед		75,47	45,54	222,18	1791,17	
			Итого						

ЗавХОЗ



день: пятница		Утверждаю				энергетическая	
неделя: вторая		Врио директора школы				ценность	
		А.Б. Адьлигирева				(Ккал)	
возрастная категория: 12-18 л		масса порции		пищевые вещества			
10		12-18 л	Б	Ж	У	К	
№	прием пищи, наименование блюда						
	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 соленые (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