



День: понедельник		09.09	Утверждаю			энергетическая ценность (Ккал)
неделя: вторая			директор школы О.В. Малофеева			
возрастная категория: 12-18 л		масса порции	пищевые вещества			К
6	день		12-18 л	Б	Ж	
№ реп.	прием пищи, наименование блюда					
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

3авХО3

СМЖ

день: вторник		10.09		Утверждаю			энергетическая ценность (Ккал)
неделя: вторая				директор школы			
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева			
7							
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)	
реп.		12-18 л	Б	Ж	У		
	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	

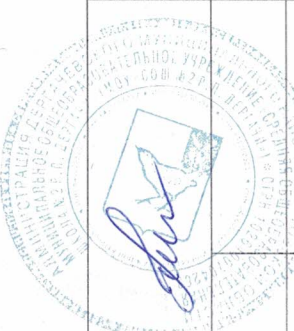
завхоз



день: среда		11.09	Утверждаю директор школы О.В. Малофеева			энергетическая ценность (Ккал)
неделя: вторая			нишевые вещества			
возрастная категория: 12-18 л						
8 день						
№ реп.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	12-18 л			энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
	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 Виташка	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

Селл



№ рец.	день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
				Б	Ж	У
9		Завтрак	12-18 л			
380		Бутерброд с маслом	50	8,41	10,05	21,41
108		Каша молочная пшеничная жидкая	200	9,32	10,11	44,22
299		Чай с сахаром	200	0	0	15
		итого завтрак	30 руб	21,15	24,09	91,58
		Обед				
		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		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	57,02	24,99	120,07
		ИТОГО		75,47	45,54	222,18
						1791,17

12.09

Утверждаю
директор школы
О.В. Малофеева

завхоз

СМ

день: пятница		13.09		Утверждаю			
неделя: вторая				директор школы			
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева			
10	день	масса порции	Б	Ж	У	К	энергетическая ценность (Ккал)
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Б	Ж	У	К	энергетическая ценность (Ккал)
	Завтрак	12-18 л					
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