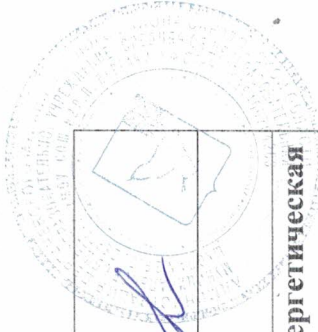


день: понедельник		19.02		Утверждаю Врио директора школы А.Б. Адьлигирева			
неделя: первая							
возрастная категория: 12-18 лет							
№ п/п	И день	прием пищи, наименование блюда	масса порции 12-18 лет	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	
		Завтрак					
114		Каша рисовая молочная 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

№ рец.	день: вторник неделя: первая возрастная категория: 12-18 лет	2 день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю Врио директора А.Б. Адылгирева				энергетическая ценность (Ккал)
					Б	Ж	У	К	
				12-18 лет					
			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

3авХО3

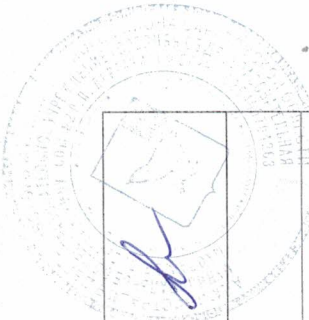


день: среда		Утверждаю				
неделя: первая		Врио директора школы				
возрастная категория: 12-18 л		А.Б. Адылгиреева				
3	день	масса порции	Б	Ж	У	энергетическая ценность (Ккал)
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	12-18 л				
	Завтрак					
141	Запеканка из творога	180	26,7	19,38	39,59	442
287	Кофейный 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 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

ЗавХО3

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

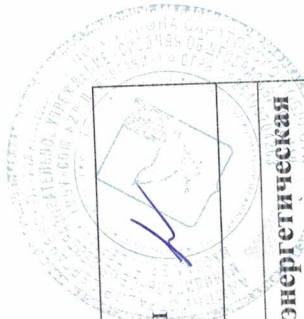


день: понедельник		Утверждаю				
неделя: вторая		Врио директора школы				
возрастная категория: 12-18 л		А.Б. Адылгиреева				
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
108	Завтрак Каша пшеничная, молочная жидкая	180	9,32	10,11	44,22	305,79
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. Адылгирева	энергетическая ценность (Ккал)				
неделя: вторая							
возрастная категория: 12-18 л		пищевые вещества					
7 день	№ реп.	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	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

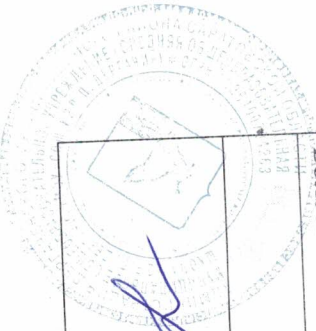


день: среда		неделя: вторая		возрастная категория: 12-18 л		Утверждаю Врио директора школы А.Б. Адылгиреева		энергетическая ценность (Ккал)	
№ реп.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	12-18 л	пищевые вещества			К		
				Б	Ж	У			
132	Завтрак Омлет натуральный	200		11,32	34,7	4,02		372,5	
382	Бутерброды 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 неделя: вторая возрастная категория: 12-18 л		29.01		Утверждаю Врио директора школы А.Б. Адылгирева			энергетическая ценность (Ккал)
		масса порции	пищевые вещества			К	
9	день № реп.	прием пищи, наименование блюда	Б	Ж	У		К
		Завтрак	8,41	10,05	21,41	212,11	
380		Бутерброд с маслом	9,32	10,11	44,22	305,79	
108		Каша молочная пшеничная жидкая	0	0	15	45,12	
299		Чай с сахаром	21,15	24,09	91,58	671,82	
		итого завтрак					
		Обед	1,18	1,1	2,2	19	
		капуста квашеная промышленного производства	3,52	7,98	18,09	167,89	
51		Суп крестьянский с крупой на м/к бульоне	10,47	6,5	54	316,56	
222		Каша пшеничная рассыпчатая	29,01	9,01	0,96	310,05	
172		Рыба тушеная в томате с овощами	0,07	0,01	15,31	61,62	
294		чай с лимоном	2,3	0,9	15,8	135,6	
108		Хлеб пшеничный в/с	3,3	0,6	0,6	107	
109		Хлеб ржано-пшеничный	57,02	24,99	120,07	1173,31	
		итого обед	75,47	45,54	222,18	1791,17	
		ИТОГО					

Завхоз



Утверждаю
 Врио директора школы
 А.Б. Адылгирева

01.03

10	день № рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	
		возрастная категория: 12-18 л	12-18 л				
		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