

день: понедельник		22.09		Утверждаю					
неделя: первая				директор школы					
возрастная категория: 12-18 лет				О.В. Малофеева					
№ рец.	I день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)		
				Б	Ж	У			
			12-18 лет						
		<b>Завтрак</b>							
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		
		<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>22,3</b>	<b>23,99</b>	<b>115,77</b>	<b>770,21</b>		
		<b>Обед</b>							
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		
		<b>итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>23,34</b>	<b>26,23</b>	<b>115,93</b>	<b>834,79</b>		
		<b>итого</b>		<b>45,64</b>	<b>50,22</b>	<b>231,7</b>	<b>1605</b>		

завХО3



№ рец.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
2 день		12-18 лет				К
109	Завтрак 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
	<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>14,25</b>	<b>25,47</b>	<b>106,1</b>	<b>731,9</b>
	<b>Обед</b>					
47	капуста квашеная промышленного производства	100	1,18	1,1	2,2	19
219	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	250	2,83	2,86	21,76	124,9
174\265	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,47	6,5	54	316,56
108	Тефтели рыбные с соусом томатным	100	8,95	5,48	9,16	121,07
109	Напиток Витошка	200	0	0	19,4	326
	Хлеб пшеничный в/с	60	2,3	0,9	15,8	135,6
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,3	0,6	0,6	107
	<b>итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>29,27</b>	<b>32,89</b>	<b>93,26</b>	<b>848,75</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>43,52</b>	<b>58,36</b>	<b>199,36</b>	<b>1580,65</b>

ЗавХОЗ

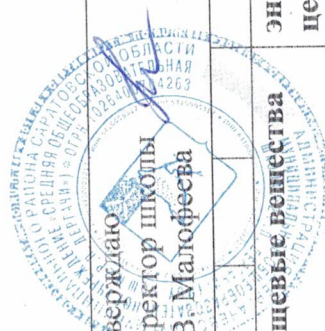
день: среда		27.04		Утверждаю					
неделя: первая				директор школы					
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малюфеева					
3	день								
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)	Б	Ж	У	К		
реф.				12-18 л					
	<b>Завтрак</b>								
141	Запеканка из творога	180	442	26,7	19,38	39,59	442		
287	Кофейный напиток с молоком	200	91,43	2,37	2,3	28,23	91,43		
380	Бутерброд с маслом	50	212,11	8,41	10,05	21,41	212,11		
	<b>Итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>745,54</b>	<b>37,48</b>	<b>31,04</b>	<b>89,23</b>	<b>745,54</b>		
	<b>Обед</b>								
247	Овощи соленные (огурцы)	100	13	0,8	0,1	2,3	13		
50	Суп картофельный с рыбой	250	116,24	13,21	4,11	6,7	116,24		
227	Макаронные изделия отварные	180	254	7,49	7,09	51,58	254		
180	Гуляш из говядины	100	352,97	18,95	17,89	4,05	352,97		
294	чай с лимоном	200	61,62	0,07	0,01	15,31	61,62		
108	Хлеб пшеничный в/с	60	135,6	2,3	0,9	15,8	135,6		
109	Хлеб ржано-пшеничный	40	107	3,3	0,6	0,6	107		
	<b>Итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>860,84</b>	<b>33,03</b>	<b>29,09</b>	<b>78,94</b>	<b>860,84</b>		
	<b>Итого</b>		<b>1606,38</b>	<b>70,51</b>	<b>60,82</b>	<b>168,17</b>	<b>1606,38</b>		

завхоз

№ рец.	день: четверг неделя: первая возрастная категория: 12-18 л	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю директор школы О.В. Малюфеева				энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	К	
4 день	26.04		12-18 л					
		<b>Завтрак</b>						
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	
		<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>19,95</b>	<b>24,69</b>	<b>102,03</b>	<b>614,38</b>	
		<b>Обед</b>						
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		шлов 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	
		<b>итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>26,71</b>	<b>30,75</b>	<b>117,74</b>	<b>1005,87</b>	
		<b>ИТОГО</b>		<b>46,66</b>	<b>55,44</b>	<b>219,77</b>	<b>1620,25</b>	

завХОЗ





№ рец.	5 день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)			
				Б	Ж	У	К
день: пятница		Утверждаю					
неделя: первая		директор школы					
возрастная категория: 12-18 л		О.В. Малофеева					
			12-18 л				
		<b>Завтрак</b>					
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
		<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>18,45</b>	<b>20,55</b>	<b>102,11</b>	<b>617,86</b>
		<b>Обед</b>					
		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
		<b>итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>57,02</b>	<b>24,99</b>	<b>120,07</b>	<b>1173,31</b>
		<b>ИТОГО</b>		<b>75,47</b>	<b>45,54</b>	<b>222,18</b>	<b>1791,17</b>

завХОЗ

суббота

день: неоплачиваемый

неделя: вторая

возрастная категория: 12-18 л

17.04

Утверждаю  
директор школы  
О.В. Малофеева



№	день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	
108		<b>Завтрак</b> 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
		<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>20,1</b>	<b>23,08</b>	<b>109,56</b>	<b>677,68</b>
		<b>Обед</b>					
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
		<b>итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>49,02</b>	<b>45,82</b>	<b>108,41</b>	<b>1196,27</b>
		<b>ИТОГО</b>		<b>69,12</b>	<b>68,9</b>	<b>217,97</b>	<b>1873,95</b>

завхоз



день: четверг		02.05		утверждено					
неделя: вторая				директор школы					
возрастная категория: 12-18 л				О.В. Малофеева					
9	день								
№	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)			
		12-18 л	Б	Ж	У	К			
	<b>Завтрак</b>								
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		
	<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>21,15</b>	<b>24,09</b>	<b>91,58</b>		<b>671,82</b>		
	<b>Обед</b>								
	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		
	<b>итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>57,02</b>	<b>24,99</b>	<b>120,07</b>		<b>1173,31</b>		
	<b>ИТОГО</b>		<b>75,47</b>	<b>45,54</b>	<b>222,18</b>		<b>1791,17</b>		

ЗавХОЗ

№ реп.	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества				энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	К	
день: пятница неделя: вторая возрастная категория: 12-18 л							
10							
			12-18 л				
	<b>Завтрак</b>						
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	
	<b>итого завтрак</b>	<b>30 руб</b>	<b>31,38</b>	<b>15,09</b>	<b>93</b>	<b>584,43</b>	
	<b>Обед</b>						
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	
	<b>итого обед</b>	<b>80 руб</b>	<b>33,03</b>	<b>29,09</b>	<b>78,94</b>	<b>860,84</b>	
	<b>ИТОГО</b>		<b>59,94</b>	<b>50,92</b>	<b>178,04</b>	<b>1494,44</b>	

завХО3

