

№ рец.	1 день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	
		Завтрак	12-18 лет				
114		Каша рисовая молочная жидкая	200	10,12	10,01	68,41	404,18
294		чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
380		Бутерброд с маслом, сыр	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 м/к бульоне	250	2,33	8,25	13,58	171,5
227		Макаронные изделия отварные	180	7,49	7,09	51,58	254
174\265		Тефтели рыбные с соусом томатным	100	8,95	5,48	9,16	121,07
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	70 руб	23,34	26,23	115,93	834,79
		итого		45,64	50,22	231,7	1605

завхоз

4.12

Утверждаю
Врио директора
А.Б. Адылгирева

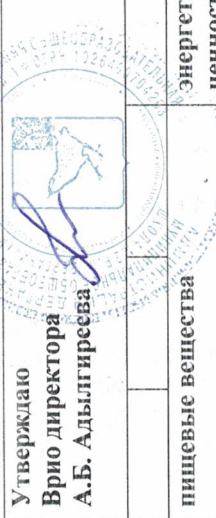
днем: понедельник
неделя: первая
возрастная категория: 12-18 лет

№ рен.	2 день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества				энергетическая ценность (Ккал)
				Б	Ж	У	К	
109		Завтрак						
294		Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая на молоке	200	7,93	11,15	31,95	259,98	
365		чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	
		масло порция	10	0,01	7,2	0,1	66	
314		булочка молочная	50	1,74	2,39	28,5	158	
		итого завтрак	30 руб	14,25	25,47	106,1	731,9	
		Обед						
47		капуста квашеная промышленного производства	100	1,18	1,1	2,2	19	
214		Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,83	2,86	21,76	124,9	
108		Рагу из птицы: птица, картофель, лук, морковь, томат	200	21,96	27,97	26	459,25	
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	
		итого обед	70 руб	29,27	32,89	93,26	848,75	
		итого		43,52	58,36	199,36	1580,65	

завхоз



Утверждаю
 Врио директора
 А.Б. Адылгирева

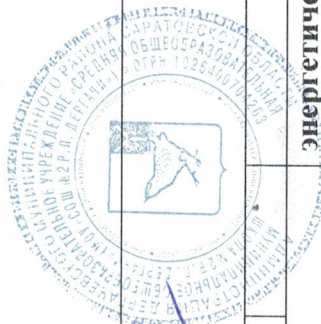


5.12



№ рец.	3 день	день: среда неделя: первая возрастная категория: 12-18 л	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю Врио директора А.Б. Адьлигирева				энергетическая ценность (Ккал)
					Б	Ж	У	К	
				12-18 л					
			Завтрак						
141			Запеканка из творога	200	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, сыр	50/7	8,41	10,05	21,41	212,11	
			итого завтрак	30 руб	37,48	31,73	89,23	745,54	
			Обед						
247			Овощи соленные (огурцы)	100	0,8	0,1	2,3	13	
37			Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне (говядина)	250	1,9	6,6	10,81	111,11	
193			плов из отварной говядины	200	24,33	20,69	33,71	418,37	
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	70 руб	33,03	29,09	78,94	860,84	
			ИТОГО		70,51	60,82	168,17	1606,38	

завхоз



день: пятница		Утверждаю					
неделя: первая		Врио директора					
возрастная категория: 12-18 л		А.Б. Аддылгирева					
5 день		масса порции		Ж	У	энергетическая ценность (Ккал)	
№ рец.	прием пищи, наименование блюда	12-18 л		Б		К	
	Завтрак						
102	Каша "Дружба" на молоке	200		7,67	8,2	52,47	314,32
380	Бутерброд с маслом, сыр	50/7		8,41	10,05	21,41	212,11
294	чай с лимоном	200		0,07	0,01	15,31	61,62
	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
48	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина)	250		9,76	6,82	19,01	175,1
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
	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	70 руб		57,02	24,99	120,07	1173,31
	ИТОГО			75,47	45,54	222,18	1791,17

ЗавХОЗ

№ рец.	б день	день: понедельник неделя: вторая возрастная категория: 12-18 л	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю			энергетическая ценность (Ккал)
					Врио директора А.Б. Адьлириева	Б	Ж	
				12-18 л				
			Завтрак					
108			Каша пшеничная, молочная жидкая	200	9,32	10,11	44,22	305,79
380			Бутерброд с маслом, сыр	50/7	8,41	10,05	21,41	212,11
294			чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
			итого завтрак	30 руб	20,1	23,08	109,56	677,68
			Обед					
251			Свекла тушеная в сметанном соусе	100	2,92	4,82	12,43	101,62
46			Суп картофельный с клецками на курином бульоне	250	6,9	5,42	16,84	146,8
228			Макаронные изделия отварные с овощами	180	7,18	7,86	45,64	282,8
212			Птица отварная	100	26,02	26,02	1,38	346,69
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	70 руб	49,02	45,82	108,41	1196,27
			ИТОГО		69,12	68,9	217,97	1873,95



день: вторник		прием пищи, наименование блюда	масса порции	энергетическая ценность (Ккал)		
неделя: вторая				Б	Ж	У
возрастная категория: 12-18 л		Утверждаю Врио директора А.Б. Адылгиреева				
7 день	12.12					
№ рец.		пищевые вещества				
		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, сыр	50/7	8,41	10,05	21,41	212,11
294	чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	итого завтрак	30 руб	18,76	18,8	96,86	634,27
	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	70 руб	28,25	27,92	105,12	1055,57
	итого		47,01	46,72	201,98	1645,12

завхоз



№ рец.	день: среда	неделя: вторая	возрастная категория: 12-18 л	8 день	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Утверждаю Врио директора А.Б. Адылгирева			энергетическая ценность (Ккал)	
							пищевые вещества	Б	Ж		У
				12-18 л						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						
251					Свекла тушеная в сметанном соусе	100	2,92	4,82	12,43	101,62	
42					Рассольник ленинградский на кур. бульоне	250	5,02	11,3	32,37	162,1	
211					Плов из отварной курицы	200	21,92	27,35	40,63	496,63	
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	70 руб	38,27	38,51	110,63	1058,61	
					ИТОГО		54,54	54,92	201,52	1585,67	

завхоз

день: четверг		14.12		Утверждаю		Врио директора		энергетическая	
неделя: вторая				А.Б. Адылгиреева				ценность	
возрастная категория: 12-18 л								(Ккал)	
9 день		масса порции		Б	Ж	У			
№ рец.	прием пищи, наименование блюда			пищевые вещества					
		12-18 л		Б	Ж	У			
	Завтрак								
380	Бутерброд с маслом, сыр	50/7		8,41	10,05	21,41		212,11	
108	Каша молочная пшеничная жидкая	200		9,32	10,11	44,22		305,79	
294	чай с лимоном	200		0,07	0,01	15,31		61,62	
	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	
48	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250		9,76	6,82	19,01		175,1	
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	
274	Кисель из концентрата плодово-ягодного	200		1	0,06	27,5		110	
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	70 руб		57,02	24,99	120,07		1173,31	
	итого			75,47	45,54	222,18		1791,17	

завх03

