

СОГЛАСОВАНО

Директор по АХВ АНОО "Школа 800" /Морковкина О.В./

Сезон: осень, зима, весна, лето



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора филиала

Первая неделя
понедельник-1

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
284/1996	14,72	18,70	2,53	237,96	Омлет натуральный	150
628/1996	0,10	0,03	15,00	60,59	Чай с сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	19,02	19,53	51,93	460,15		Итого 515

Обед 1-4 класс

50/2017	3,07	5,44	3,98	77,15	Салат из свеклы с сыром	60
167/2013	3,56	3,52	17,37	115,22	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200/10
523/2022	9,33	11,97	10,79	185,65	Бифштекс по-домашнему с соусом сметанно-томатным	90
273, 469/1996	5,45	4,27	32,35	189,92	Макароны отварные	150
349/2015	0,34	0,00	18,65	75,94	Компот из смеси сухофруктов, сахар 9г	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	28,85	26,20	124,44	846,48		Итого 790

Полдник 1-4 класс

87/276	4,73	3,62	42,37	221	Манник	75
покупное	0,08	0,00	13,00	50	Повидло	20
379/2015	3,84	2,86	24,83	140	Кофейный напиток с молоком	200
	8,65	6,48	80,20	411		Итого 295

Завтрак 5-11 класс

338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
284/1996	19,63	25,32	3,37	320,76	Омлет натуральный	200
628/1996	0,10	0,03	15,00	60,59	Чай с сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	23,93	26,15	52,77	542,95		Итого 565

Обед 5-11 класс

50/2017	5,11	9,07	6,63	128,58	Салат из свеклы с сыром	100
99/2015	1,62	4,66	9,82	87,70	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/15
523/2022	10,80	13,79	12,22	213,29	Бифштекс по-домашнему с соусом сметанно-томатным	100
273, 469/1996	6,54	5,12	38,82	227,91	Макароны отварные	180
349/2015	0,38	0,00	20,72	84,38	Компот из смеси сухофруктов, сахар 10г	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	33,49	32,50	137,06	971,98		Итого 890

Полдник 5-11 класс

87/276	4,73	3,62	42,37	221	Манник	75
покупное	0,08	0,00	13,00	50	Повидло	20
379/2015	3,84	2,86	24,83	140	Кофейный напиток с молоком	200
	8,65	6,48	80,20	411		Итого 295

вторник-1

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.вс-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
покупное/	2,26	11,09	31,06	235,20	Печенье	3 шт
175/2005	5,76	9,86	31,33	237,21	Каша молочная Дружба с маслом сливочным	200/10
783/2022	0,17	0,07	7,92	32,96	Чай фруктовый (с яблоком)	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	11,99	21,42	94,91	622,57		Итого 508

Обед 1-4 класс

79/2004	0,77	2,71	4,30	44,60	Икра овощная закусочная	60
138/1996	7,04	5,13	33,70	208,94	Суп картофельный с бобовыми с гренками	200/20
43/2003	7,24	7,96	7,05	128,81	Суфле Рыбка с соусом сметанным (минтай)	90
472/1996	3,09	4,49	20,01	132,34	Картофельное пюре	150
388/2015	0,29	0,13	13,01	55,55	Напиток из плодов шиповника, сахар 9г	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	25,53	21,42	119,37	772,84		Итого 800

Полдник 1-4 класс

424/2005	3,66	5,94	28,64	183	Булочка Домашняя	50
386/2015	5,80	5,00	8,00	100	Кефир 2,5%	200
	9,46	10,94	36,64	283		Итого 250

Завтрак 5-11 класс

покупное/	2,26	11,09	31,06	235,20	Печенье	3 шт
175/2005	7,18	10,73	39,13	281,97	Каша молочная Дружба с маслом сливочным	250/10
783/2022	0,17	0,07	7,92	32,96	Чай фруктовый (с яблоком)	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	13,41	22,29	102,71	667,33		Итого 558

Обед 5-11 класс

79/2004	1,29	4,51	7,16	74,33	Икра овощная закусочная	100
138/1996	8,05	6,13	37,26	236,13	Суп картофельный с бобовыми с гренками	250/20
43/2003	8,38	9,03	7,94	146,57	Суфле Рыбка с соусом сметанным (минтай)	100
472/1996	3,70	5,39	24,01	158,81	Картофельное пюре	180
388/2015	0,32	0,14	14,46	61,72	Напиток из плодов шиповника, сахар 10г	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	28,84	26,20	132,13	880,16		Итого 950

Полдник 5-11 класс

424/2005	3,66	5,94	28,64	183	Булочка Домашняя	50
386/2015	5,80	5,00	8,00	100	Кефир 2,5%	200
	9,46	10,94	36,64	283		Итого 250

среда-1

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.в.е-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
182/2017	6,92	9,06	36,69	256,18	Каша жидккая молочная ячневая с маслом	200/10
382/2015	3,61	2,73	24,73	137,93	Какао с молоком	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	14,73	12,59	95,82	555,71		Итого 560

Обед 1-4 класс

57/2016	0,96	3,78	4,44	54,48	Икра кабачковая (покупная)	60
46/2015	0,71	3,10	6,65	57,35	Салат из белокочанной капусты с яблоками)	60
110/1996	1,63	4,31	10,02	85,71	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5
605/2022	9,98	4,41	8,73	114,35	Ежики куриные (филе) с соусом сметанно-томатным	90
465/1996	3,62	4,79	36,42	203,22	Рис отварной	150
348/2015	0,40	0,07	19,76	81,31	Компот из изюма, сахар 9г	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	23,44	17,68	122,88	744,54		Итого 785

Полдник 1-4 класс

стр.17/2017	3,59	6,36	33,41	205	Крендель сахарный	50
628/1996	0,10	0,03	15,00	61	Чай с сахаром	200
	3,69	6,39	48,41	266		Итого 265

Завтрак 5-11 класс

338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
182/2017	8,63	9,74	45,83	305,68	Каша жидккая молочная ячневая с маслом	250/10
382/2015	3,61	2,73	24,73	137,93	Какао с молоком	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	16,44	13,27	104,96	605,21		Итого 610

Обед 5-11 класс

57/2016	1,60	6,30	7,40	90,80	Икра кабачковая (покупная)	100
46/2015	1,19	5,17	11,08	95,59	Салат из белокочанной капусты с яблоками)	100
110/1996	2,01	5,23	12,49	105,37	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5
605/2022	11,55	4,98	9,83	130,09	Ежики куриные (филе) с соусом сметанно-томатным	100
465/1996	3,62	4,79	36,42	203,22	Рис отварной	150
348/2015	0,44	0,08	21,96	90,34	Компот из изюма, сахар 9г	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	25,91	21,25	133,08	827,21		Итого 910

Полдник 5-11 класс

стр.17/2017	3,59	6,36	33,41	205	Крендель сахарный	50
628/1996	0,10	0,03	15,00	61	Чай с сахаром	200
	3,69	6,39	48,41	266		Итого 265

четверг-1

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
209/2015	5,95	5,05	0,30	70,70	Яйца вареные	1 шт
257/1996	5,68	9,58	40,02	269,13	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/10
54-6н/2018	0,30	0,09	7,84	33,37	Чай со смородиной и сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	15,73	15,12	72,76	490,40		Итого 510

Обед 1-4 класс

47/2017	0,96	3,06	4,94	52,54	Салат из квашеной капусты	60
147/2022	1,07	9,05	5,91	109,38	Салат Розовый из капусты со свеклой	60
88/2015	1,44	3,68	6,82	65,92	Щи из свежей капусты с картофелем	200
260/2015	10,05	20,24	4,42	239,03	Гуляш (свинина)	90
205/2015	5,11	6,07	29,69	194,06	Макароны отварные с овощами	150
349/2015	0,34	0,00	18,65	75,94	Компот из смеси сухофруктов, сахар 9г	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	25,11	40,04	106,79	886,93		Итого 780
*Итого за день	25,00	34,05	105,82	830,09		

Полдник 1-4 класс

425/2005	4,99	10,02	39,30	267	Булочка Дорожная	75
857/2022	0,26	0,11	17,56	73	Отвар шиповника	200
	5,25	10,13	56,86	341		Итого 275

Завтрак 5-11 класс

209/2015	5,95	5,05	0,30	70,70	Яйца вареные	1 шт
257/1996	7,09	10,38	50,00	321,86	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	260
54-6н/2018	0,30	0,09	7,84	33,37	Чай со смородиной и сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	17,14	15,92	82,74	543,13		Итого 560

Обед 5-11 класс

47/2017	1,60	5,10	8,24	87,57	Салат из квашеной капусты	100
147/2022	1,78	15,09	9,86	182,31	Салат Розовый из капусты со свеклой	100
88/2015	1,80	4,60	8,52	82,41	Щи из свежей капусты с картофелем	250
260/2015	11,16	22,49	4,91	265,59	Гуляш (свинина)	100
205/2015	6,14	7,28	35,63	232,87	Макароны отварные с овощами	180
349/2015	0,38	0,00	20,72	84,38	Компот из смеси сухофруктов, сахар 10г	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	28,36	50,46	120,94	1050,16		Итого 930
*Итого за день	28,18	40,47	119,32	955,42		

Полдник 5-11 класс

425/2005	4,99	10,02	39,30	267	Булочка Дорожная	75
857/2022	0,26	0,11	17,56	73	Отвар шиповника	200
	5,25	10,13	56,86	341		Итого 275

пятница-1

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецепт	Пищев.вс-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
435/2022	19,94	12,33	29,20	307,93	Суфле творожное запеченное с молоком сгущенным	130/20
629/1996	0,16	0,03	15,21	61,74	Чай с сахаром с лимоном	200/7
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	24,30	13,16	78,81	531,27		Итого 522

Обед 1-4 класс

53/2015	0,96	2,55	4,80	47,83	Салат из свеклы с зеленым горошком	60
9/2003	0,67	7,29	3,69	83,01	Салат Золотая осень	60
271/2022	7,43	6,85	0,54	92,99	Бульон куриный с зеленью и яйцом (с птицей)	200
263/2015	10,49	20,99	14,93	289,33	Rагу из свинины	150
856/2022	0,05	0,05	19,09	76,93	Напиток яблочный	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	25,74	36,18	79,55	744,86		Итого 750
*Итого за день	26,03	31,44	80,66	709,68		

Полдник 1-4 класс

406/2005	4,73	2,43	30,58	163	Пирожок с картофелем	75
628/1996	0,10	0,03	15,00	61	Чай с сахаром	200
	4,83	2,46	45,58	224		Итого 290

Завтрак 5-11 класс

338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
435/2022	25,58	16,33	43,71	424,59	Суфле творожное запеченное с молоком сгущенным	160/40
629/1996	0,16	0,03	15,21	61,74	Чай с сахаром с лимоном	200/7
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	29,94	17,16	93,32	647,93		Итого 572

Обед 5-11 класс

53/2015	1,59	4,25	8,00	79,72	Салат из свеклы с зеленым горошком	100
9/2003	1,12	12,15	6,14	138,36	Салат Золотая осень	100
271/2022	7,43	6,85	0,54	92,99	Бульон куриный с зеленью и яйцом (с птицей)	250
263/2015	13,99	27,99	19,91	385,85	Rагу из свинины	200
856/2022	0,06	0,06	21,21	85,48	Напиток яблочный	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	29,70	48,05	89,10	905,28		Итого 900
*Итого за день	30,17	40,15	90,96	846,64		

Полдник 5-11 класс

406/2005	4,73	2,43	30,58	163	Пирожок с картофелем	75
628/1996	0,10	0,03	15,00	61	Чай с сахаром	200
	4,83	2,46	45,58	224		Итого 290

Вторая неделя

понедельник-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.все-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
284/1996	14,72	18,70	2,53	237,96	Омлет натуральный	150
628/1996	0,10	0,03	15,00	60,59	Чай с сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	19,02	19,53	51,93	460,15		Итого 515

Обед 1-4 класс

71/2015	0,48	0,06	1,50	8,46	Овощи натуральные свежие (огурец)	60
101/2015	1,60	2,06	12,68	75,37	Суп картофельный с крупой	200
580/2022	10,44	1,38	2,73	64,83	Гуляш из мяса птицы (филе)	90
273, 469/1996	5,45	4,27	32,35	189,92	Макароны отварные	150
349/2015	0,34	0,00	18,65	75,94	Компот из смеси сухофруктов, сахар 9г	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	25,41	8,77	109,21	617,12		Итого 780

Полдник 1-4 класс

424/2005	5,49	8,95	42,96	274	Булочка Домашняя	75
54-10гн/2018	0,25	0,07	7,46	31	Чай с клюквой и сахаром	200
	5,74	9,02	50,42	306		Итого 275

Завтрак 5-11 класс

338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
284/1996	19,63	25,32	3,37	320,76	Омлет натуральный	200
628/1996	0,10	0,03	15,00	60,59	Чай с сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	23,93	26,15	52,77	542,95		Итого 565

Обед 5-11 класс

71/2015	0,80	0,10	2,50	14,10	Овощи натуральные свежие (огурец)	100
101/2015	2,01	2,57	15,85	94,21	Суп картофельный с крупой	250
580/2022	11,60	1,53	3,03	72,03	Гуляш из мяса птицы (филе)	100
273, 469/1996	6,54	5,12	38,82	227,91	Макароны отварные	180
349/2015	0,38	0,00	20,72	84,38	Компот из смеси сухофруктов, сахар 10г	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	28,43	10,32	122,22	695,23		Итого 930

Полдник 5-11 класс

424/2005	5,49	8,95	42,96	274	Булочка Домашняя	75
54-10гн/2018	0,25	0,07	7,46	31	Чай с клюквой и сахаром	200
	5,74	9,02	50,42	306		Итого 275

вторник-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.вс-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
14/2015	0,04	3,63	0,07	33,05	Масло (порциями)	5
15/2015	2,63	2,66	0,00	34,46	Сыр (порциями)	10
257/1996	5,68	9,58	40,02	269,13	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/10
629/1996	0,16	0,03	15,21	61,74	Чай с сахаром с лимоном	200/7
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	12,31	16,30	79,90	515,58		Итого 497

Обед 1-4 класс

71/2015	0,48	0,06	1,50	8,46	Овощи натуральные свежие (огурец)	60
62/2015	0,75	0,06	6,97	31,39	Салат из моркови с сахаром	60
110/1996	1,63	4,31	10,02	85,71	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5
229/2015	9,01	4,44	5,01	95,97	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	90
472/1996	3,09	4,49	20,01	132,34	Картофельное пюре	150
856/2022	0,05	0,05	19,09	76,93	Напиток яблочный	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	21,63	14,35	102,40	624,94		Итого 785
*Итого за день	21,36	14,35	96,93	602,01		

Полдник 1-4 класс

406/2005	5,08	3,94	28,38	169	Пирожок с капустой	75
396/2016	0,11	0,04	27,05	109	Кисель из клюквы	200
	5,19	3,98	55,43	278		Итого 275

Завтрак 5-11 класс

14/2015	0,04	3,63	0,07	33,05	Масло (порциями)	5
15/2015	2,63	2,66	0,00	34,46	Сыр (порциями)	10
257/1996	7,09	10,38	50,00	321,86	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	250/10
629/1996	0,16	0,03	15,21	61,74	Чай с сахаром с лимоном	200/7
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	13,72	17,10	89,88	568,31		Итого 547

Обед 5-11 класс

71/2015	0,80	0,10	2,50	14,10	Овощи натуральные свежие (огурец)	100
62/2015	1,25	0,10	11,61	52,31	Салат из моркови с сахаром	100
110/1996	2,01	5,23	12,49	105,37	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5
229/2015	10,01	4,93	5,56	106,63	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	100
472/1996	3,70	5,39	24,01	158,81	Картофельное пюре	180
856/2022	0,06	0,06	21,21	85,48	Напиток яблочный	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	24,13	16,71	116,18	711,20		Итого 935
*Итого за день	23,68	16,71	107,07	672,99		

Полдник 5-11 класс

406/2005	5,08	3,94	28,38	169	Пирожок с капустой	75
396/2016	0,11	0,04	27,05	109	Кисель из клюквы	200
	5,19	3,98	55,43	278		Итого 275

среда-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.вс-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
209/2015	5,95	5,05	0,30	70,70	Яйца вареные	1 шт
257/1996	8,18	10,63	40,66	291,24	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	200/10
12/2016	0,11	0,03	9,74	39,84	Чай из сухой смеси с витаминами	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	18,04	16,11	75,30	518,98		Итого 510

Обед 1-4 класс

67/2015	0,76	6,10	4,34	75,62	Винегрет овощной	60
287/2022	1,37	2,42	5,96	50,92	Щи Новгородские	200
278/2017	7,53	15,97	11,50	219,23	Тефтели (1 вариант), свинина	90
257,табл.4/271	6,81	9,94	29,69	235,48	Каша гречневая рассыпчатая	150
348/2015	0,40	0,07	19,76	81,31	Компот из изюма, сахар 9г	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	23,97	35,50	112,55	865,16		Итого 780

Полдник 1-4 класс

245/2016	16,32	11,07	20,50	247	Сырники из творога	80/20
629/1996	0,16	0,03	15,21	62	Чай с сахаром с лимоном	200/7
	16,48	11,10	35,71	309		Итого 322

Завтрак 5-11 класс

209/2015	5,95	5,05	0,30	70,70	Яйца вареные	1 шт
257/1996	10,21	11,69	50,79	349,51	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	250/10
12/2016	0,11	0,03	9,74	39,84	Чай из сухой смеси с витаминами	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	20,07	17,17	85,43	577,25		Итого 560

Обед 5-11 класс

67/2015	1,26	10,17	7,22	126,00	Винегрет овощной	100
287/2022	1,71	3,03	7,44	63,65	Щи Новгородские	250
278/2017	8,69	18,46	13,06	252,45	Тефтели (1 вариант), свинина	100
257,табл.4/271	8,17	11,93	35,63	282,58	Каша гречневая рассыпчатая	180
348/2015	0,44	0,08	21,96	90,34	Компот из изюма, сахар 10г	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	27,37	44,67	126,61	1017,62		Итого 930

Полдник 5-11 класс

245/2016	16,32	11,07	20,50	247	Сырники из творога	80/20
629/1996	0,16	0,03	15,21	62	Чай с сахаром с лимоном	200/7
	16,48	11,10	35,71	309		Итого 322

четверг-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.вс-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
120/2015	4,41	3,51	15,74	112,30	Суп молочный с макаронными изделиями	200
379/2015	3,84	2,86	24,83	140,41	Кофейный напиток с молоком	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	12,45	7,17	74,97	414,31		Итого 550

Обед 1-4 класс

39/2016	1,02	3,17	6,70	59,51	Салат картофельный с капустой квашеной	60
99/2015	1,29	3,73	7,86	70,16	Суп из овощей	200
622/2022	10,94	2,90	10,13	110,20	Шницель рубленый куриный с соусом сметанным с томатом (филе)	90
465/1996	3,62	4,79	36,42	203,22	Рис отварной	150
628/1996	0,10	0,03	15,00	60,59	Чай с сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	24,07	15,62	117,41	706,28		Итого 815

Полдник 1-4 класс

425/2005	4,99	10,02	39,30	267	Булочка Дорожная	75
783/2022	0,17	0,07	7,92	33	Чай фруктовый (с яблоком)	200
	5,16	10,09	47,22	300		Итого 275

Завтрак 5-11 класс

338/2015	0,40	0,40	9,80	44,40	Яблоко	1 шт
71/2015	0,16	0,02	0,50	2,82	Суп молочный с макаронными изделиями	250
379/2015	3,84	2,86	24,83	140,41	Кофейный напиток с молоком	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	13,55	8,05	78,91	442,39		Итого 600

Обед 5-11 класс

39/2016	1,70	5,29	11,17	99,19	Салат картофельный с капустой квашеной	100
99/2015	1,62	4,66	9,82	87,70	Суп из овощей	250
622/2022	12,67	3,22	11,46	125,26	Шницель рубленый куриный с соусом сметанным с томатом (филе)	100
465/1996	4,34	5,75	43,71	243,87	Рис отварной	180
628/1996	0,10	0,03	15,00	60,59	Чай с сахаром	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	27,53	19,95	132,46	819,21		Итого 945

Полдник 5-11 класс

425/2005	4,99	10,02	39,30	267	Булочка Дорожная	75
783/2022	0,17	0,07	7,92	33	Чай фруктовый (с яблоком)	200
	5,16	10,09	47,22	300		Итого 275

пятница-2

Завтрак 1-4 класс

№ сб-ка рецептур	Пищев.вс-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход
	Белки	Жиры	Уг-ды			
покупное/	2,26	11,09	31,06	235,20	Печенье	3 шт
181/2015	5,79	8,86	30,41	224,46	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	200/10
629/1996	0,16	0,03	15,21	61,74	Чай с сахаром с лимоном	200/7
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	12,01	20,38	101,28	638,60		Итого 530

Обед 1-4 класс

42/2015	1,02	3,79	5,59	61,94	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60
113/2017	4,31	6,17	10,24	113,55	Суп-лапша домашняя с птицей	200/10
541/2022	11,00	9,14	3,95	142,00	Люля-кебаб из свинины и курицы с соусом красным основным	90
273, 469/1996	5,45	4,27	32,35	189,92	Макароны отварные	150
349/2015	0,34	0,00	18,65	75,94	Компот из смеси сухофруктов, сахар 9г	180
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	29,22	24,37	112,08	785,95		Итого 790

Полдник 1-4 класс

740/2004	5,49	3,89	34,94	197	Шанежка с наливкой	75
покупное/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте	200
	6,09	3,89	67,94	333		Итого 275

Завтрак 5-11 класс

покупное/	2,26	11,09	31,06	235,20	Печенье	3 шт
181/2015	7,21	9,48	37,98	266,03	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	250/10
629/1996	0,16	0,03	15,21	61,74	Чай с сахаром с лимоном	200/7
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
	13,43	21,00	108,85	680,17		Итого 580

Обед 5-11 класс

42/2015	1,70	6,31	9,31	103,24	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100
113/2017	4,83	7,20	12,77	135,03	Суп-лапша домашняя с птицей	250/10
541/2022	12,74	10,47	4,15	161,64	Люля-кебаб из свинины и курицы с соусом красным основным	100
273, 469/1996	6,54	5,12	38,82	227,91	Макароны отварные	180
349/2015	0,38	0,00	20,72	84,38	Компот из смеси сухофруктов, сахар 10г	200
покупное	3,80	0,40	24,60	117,20	Хлеб пшеничный	50
покупное	3,30	0,60	16,70	85,40	Хлеб ржаной	50
	33,29	30,10	127,07	914,80		Итого 940

Полдник 5-11 класс

740/2004	5,49	3,89	34,94	197	Шанежка с наливкой	75
покупное/	0,60	0,00	33,00	136	Сок в ассортименте	200
	6,09	3,89	67,94	333		Итого 275

*Замена салатов с 01.03