

Согласовано:
Директор СОШ

01.09.2021

ШКОЛА

7-18 лет

МЕНЮ 1-го дня



Прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
	закюса	1	Икра кабачковая	30	10	1,20	0,20	5,50	24,99
	закюса		Котлета по-Хлыновски с томатным соусом	100/30	42,00	14,16	11,04	19,76	217
завтрак	закюса	454\2004	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	200	14,00	7,33	7,6	44,4	275,2
	гарнир	516\2004	Чай с сахаром	200	4,00	0,2	0	15	58
	напиток	685\2004	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
	хлеб	701\2010	Итого	510	73,02	27,69	20,64	102,06	684,19

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	10,00	0,60	0,00	3,80	14,0
	закюса	16\2004	Рассольник " Ленинградский" (перловка)	250/10	8,00	3,38	10,75	20,48	161,48
обед	блюда	132\2004	со сметаной	200	48,00	15,2	15,8	36,2	348
	блюда	492\2004	Плов с мясом кур	200	5,00	0,6	0	31,4	124
	напиток	639\2004	Компот из сухофруктов	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
	хлеб	701\2010	Хлеб пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
		702\2010	Хлеб ржано-пшеничный	800		23,44	27,65	108,78	741,7
			Итого		73,02	51,13	48,29	210,84	1 425,87
			Всего						

ШКОЛА _____

7-18 лет

МЕНЮ 2-го дня

прием пищи	раздел	№ по сб.р	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)						
завтрак	закуска	16/2004		100	8,00	0,8	0,1	2,8	15,2
	блюда	437/2004	Гуляш	100	44,00	13,7	13,4	2,8	187,0
	гарнир	518/2004	Картофель отварной с маслом	180/5	12,00	3,8	9,9	26,1	226,8
	напиток	686/2004	Чай с сахаром и лимоном	200	6,00	4,2	0,1	15,2	60
	хлеб	701/2010	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
			Итого	500	73,02	27,28	25,3	64,3	598

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	8	0,60	0,00	3,80	14,0
	закуска	16/2004							
			Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	10,00	2,3	6,3	10,3	109
обед	Первые блюда	124/2004		100	40,00	16	22	14,53	319,55
	блюда	268/2011	Котлеты, биточки, шиншея мясные макаронные изделия отварные с овощами	150	9,00	6	6,6	31,8	297,74
	гарнир	517/2004	Компот из сухофруктов	200	4,00	0,6	0	31,4	124
	напиток	639/2004	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
	хлеб	701/2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Всего	850	73,02	29,16	36	108,73	958,49
					56,44	61,3	173,03	1556,49	

[illegible]

прием лиции	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1		3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	10	1,1	0,1	1,6	16
обед	закуска	70/2011							
	Первое								
	блюда	135/2004	Суп из овощей со сметаной	250/10	12,00	2,57	6,93	12,78	125,25
	блюда	462/2004	Тфеттели с красным соусом	100/30	40,00	12,42	14,76	11,79	231,3
	гарнир	330/2011	Бобовые отварные (горох)	150	6,00	14,67	1,5	34,95	214,5
	напиток	342/2011	Компот из свежих плодов	200	3,00	0,2	0,1	25,4	99
	хлеб	701/2010	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
		702/2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Итого	880	73,02	34,62	24,49	103,42	780,25
			Всего			56,02	42,69	183,52	1351,45

ШКОЛА

7-18 лет

МЕНЮ 4-го дня

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			ЗАВТРАК						
завтрак	гарнир	297\2010	Каша пшеничная рассыпчатая	180	8,00	7,51	5,56	31,3	199
	тефтели	462\2004	Тефтели с красным соусом	100/30	40,00	12,42	14,76	11,79	231,3
	закуска	7\2011	Сыр порция	10	8,00	2,32	5,27		36
	закуска	6\2011	Масло порция	10	8,00	0,4	5,6	0,004	37,4
	напиток	686\2004	Чай с сахаром и лимоном	200	6,00	0,3	0,1	15,2	60
	хлеб	701\2010	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
			Итого	520	73,02	27,75	33,09	75,694	672,7

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	12	0,60	0,00	3,80	14,0
	закуска	1\6\2004							
обед	Первые блюда	1\47\2004	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	250/10	13,00	11,26	8,3	6,1	143,8
		489\2004	Рагу овощное с птицей	240	38,00	14,4	11,64	23,28	278,4
	напиток	705\ 2010	Напиток из шиповника	200	8,00	0,68	0,28	27	111
	хлеб	701\2010	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
		702\2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Итого	840	73,02	30,6	21,32	77,08	641,4
			Всего			58,35	54,41	152,774	1314,1

ШКОЛА

7-18лет

МЕНЮ 5-20 дня

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			ЗАВТРАК						
			Зеленый горошек консервированный	30	10,00	0,9	1,17	1,89	21,06
завтрак	закуска	ТТК стр 610 сб. р Дашкина 2004	Рыба тушеная с овощами	100	42,00	10,6	5,1	5,6	112
	блюдо	2472011	Картофель отварной с маслом	180/5	12,00	3,8	9,9	26,1	226,8
	гарнир	5182004	Чай с сахаром и лимоном	200	6,00	0,3	0,1	15,2	60
	напиток	6862004	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
	хлеб	7012010	Итого	550	73,02	20,4	18,1	66,2	528,9

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	6	0,8	0,1	1,7	13
	закуска	702011	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	250/10	10,00	2,3	7,2	13,4	128
обед	Первые блюда	1102004	Гуляш	100	41,00	13,7	13,4	2,8	187,0
	блюдо	4372004	Макаронные изделия отварные с овощами	150	9,00	6	6,6	31,8	214,5
	принир	5172004	Компот из свежих плодов	200	5,00	0,2	0,1	25,4	99
	напиток	3422011	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
	хлеб	7012010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
		7022010	Итого	850	73,02	26,66	28,5	92	735,7
			Всего			47,0	46,6	158,2	1264,6

ШКОЛА _____

7-18 лет

МЕНЮ 6-20 дня

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
	гарнир	166\2011	1	3	14	6,94	0,2	44,46	237,6
			Гречка отварная с овощами	180/5					
			Быточки рубленые из птицы						
			припущенные						
завтрак	блюда	501\2004		100	42,00	18,1	16,8	8,9	193
	фрукт	338\2011		100	10,00	0,4	0,4	9,8	44
	напиток	685\2004		200	4,00	0,2	0,1	13,9	55
			Чай с сахаром						
	хлеб	701\2010		40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
			Хлеб пшеничный						
			Итого	630	73,02	30,44	19,3	94,46	638,6

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	8	0,8	0,1	2,8	15,2
			закуска	162\2004					
			Первые блюда	132\2004 Л					
обед	блюда	493\2004Л		250/10	10,00	3,38	10,75	20,48	161,25
	гарнир	203\2011 М		100	35,00	8,697	8,133	2,836	119
			Птица тушеная в сметанном соусе						
	напиток	639\2004		150	14,00	6	6,6	31,8	214,5
			Макаронные изделия отварные						
			Компот из сухофруктов	200	4,00	0,6	0	31,4	124
	хлеб	701\2010		20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
			Хлеб пшеничный						
			Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Итого	850	73,02	23,137	26,683	106,216	728,15
			Всего			53,577	45,983	200,676	1366,75

ШКОЛА

7-18 лет

МЕНЮ 7-го дня

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			ЗАВТРАК						
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)						
завтрак	закуса	70/2011		100	8,00	0,8	0,1	1,7	13
	закуса	492/2004	Плов с мясом кур	200	48,00	15,2	15,8	36,2	348
	фрукт	338/2011	Фрукт свежий (Яблоко)	100	8,00	0,4	0,4	9,8	44
	напиток	686/2004	Чай с сахаром и лимоном	200	6,00	0,3	0,1	15,2	60
	хлеб	701/2010	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
			Итого	640	73,02	21,5	18,2	80,3	574

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	8	0,8	0,1	2,8	15,2
обед	Первое	139/2004	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	10,00	5,6	6,2	22,3	167
	блюда	388/2004	Котлета рыбная	100	35,00	10,9	7,3	12,8	159,9
	соус	587/2004	Соус красный	20	3,00	5,2	1,0	0,8	17,6
	гарнир	511/2004	Рис отварной	180	10,00	4,32	10,8	42,84	293,4
	напиток	342/2011	Компот из свежих плодов	200	5,00	0,2	0,1	25,4	99
	хлеб	701/2010	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
		702/2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Итого	890	73,02	30,7	26,6	123,9	846,3
					52,2	44,8	204,2	1420,3	

7-18 net

МЕНЮ 8-20 дня

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1		3		4	5	6	7
			Суп молочный с макаронными изделиями	250	36,00	8,7	9,48	29,64	169,2
завтрак	завука	7/2011	Сыр порция	10	10,00	2,32	5,27		36
	завука	6/2011	Масло порция	10	10,00	0,4	5,6	0,004	37,4
	фрукт	338/2011	Фрукт свежий (Яблоко)	100	10,00	0,4	0,4	9,8	44
	Напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	4,00	0,2	0,1	13,9	55
	Хлеб	701/2010	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
			Итого	620	73,02	16,82	22,65	70,744	450,6

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1		3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	10	0,60	0,00	3,80	14,0
	закуска	16/2004							
обед	Первое блюда	147/2004	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	250/10	13,00	11,26	8,3	6,1	143,8
	блюдо	436/2004	Жаркое по-домашнему	250	40,00	17,8	9,8	21,6	250
	гарнир	705/ 2010	Напиток из шиповника	200	8,00	0,68	0,28	27	111
	напиток	701/2010	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
	хлеб	702/2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Итого	850		34	19,48	75,4	613
			Всего		73,02	50,82	42,13	146,144	1063,6

ШКОЛА

7-18 лет

МЕНЮ 9-20 дня

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
	закуска	436\2004	Жаркое по-домашнему	250	37,00	22,25	12,25	27	312
	закуска	338\2011	Фрукт свежий (Яблоко)	100	8,00	0,4	0,4	9,8	44
ЗАВТРАК	гарнир	7\2011	Сыр порция	10	10,00	2,32	5,27		36
	напиток	6\2011	Масло порция	10	9,00	0,4	5,6	0,004	37,4
	хлеб	686\2004	Чай с сахаром и лимоном	200	6,00	0,3	0,1	15,2	60
		701\2010	Хлеб пшеничный	40	3,02	4,8	1,8	17,4	109
			Итого	610	73,02	30,47	25,42	69,404	598,4

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1	2	3		4	5	6	7
	закуска	70\2011	Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	10	1,1	0,1	1,6	16
обед	Первые блюда	124\2004	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	10,00	2,3	6,3	10,3	109
	блюдо	26\2011	Печень по-строгановски	100	37,00	13,26	8,82	2,62	160
			Макаронные изделия отварные с овощами	150	10,00	6	6,2	31,8	214,5
	гарнир	51\2004	Компот из сухофруктов	200	4,00	0,6	0	31,4	124
	напиток	639\2004	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
	хлеб	701\2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
		702\2010							
			Всего	850	73,02	26,92	22,52	94,62	717,7
						57,39	47,94	164,024	1316,1

7-18 net

МЕНЮ 10-20 ДНЯ

[illegible]

прием пищи	раздел	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Ккал
						Б	Ж	У	
		1		3		4	5	6	7
			Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	6	0,8	0,1	2,8	15,2
	закуска	16\2004							
	Первое								
обед	Блюда	135\2004	Суп из овощей со сметаной	250/10	9,00	2,57	6,93	12,78	125,25
	гарнир	294\2011	Колеты рубленные из птицы	100	38,00	18,1	16,8	8,9	193
	Блюдо	518\2004	Картофель отварной с маслом	180/5	12,00	3,6	9,18	21,47	217,8
	напиток	342\2011	Компот из свежих плодов	200	5,00	0,2	0,1	25,4	99
	Хлеб	701\2010	Хлеб пшеничный	20	1,02	2,4	0,9	8,7	54,5
		702\2010	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	1,26	0,2	8,2	39,7
			Итого	880	72,02	28,93	34,21	88,25	744,5
			Всего			57,84	64,07	175,18	1471,0

ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ завтраки

ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ ОБЕД

ИТОГО ВСЕГО