

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор ООО «Победа»  
 Д.П.Е. Шенко

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район



# МЕНЮ

ДЕНЬ №1 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя	Каша рисовая молочная жидкая	210	6,767	8,45	34,290	216,31	22,19
	сыр твердых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0	107,50	20,60
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,80	1,63
1 -я	Кондитерские изделия (Печенье)	35	2,33	3,63	22,42	130,96	6,65
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	3,02
День	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	2,64
	1 -й	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,781	0,15	12,21	53,28
итого за завтрак		<b>640</b>	<b>20,12</b>	<b>21,96</b>	<b>106,95</b>	<b>681,52</b>	
Стоимость завтрака							<b>69,72</b>
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя	Овощи натуральные солёные (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	12,54
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,3	3,575	14,6	115,75	18,40
1 -я	Котлеты "Нежные"	120	12,45	12,82	7,36	244,08	62,25
	Рагу из овощей	180	2,906	12,646	33,805	260,66	28,60
День	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23,4	97,60	10,64
	1 -й	Хлеб пшеничный	60	2,31	0,83	32,52	146,75
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
итого за обед		<b>910</b>	<b>27,71</b>	<b>30,53</b>	<b>129,45</b>	<b>952,87</b>	
Стоимость обеда							<b>141,13</b>
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя							
	1 -я	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25
День	Бутерброд с сыром	20 / 30	4,18	4,2	14,200	78,950	12,40
	1 -й	Фрукты свежие (банан)	140	0,48	0,480	11,76	56,400
итого за полдник		<b>390</b>	<b>9,86</b>	<b>9,43</b>	<b>43,84</b>	<b>270,60</b>	
Стоимость полдника							<b>52,23</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖАЮ:  
Директор «МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_»  
Л.П.Ерашченко

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район



# МЕНЮ

ДЕНЬ №2 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя 1 -я День 2 -й	Запеканка из творога / и джем	160 / 40	30,11	15,15	40,01	416,84	78,98
	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,90	10,66
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09	12,86
	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83	3,44
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,00	6,92
<b>итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>33,73</b>	<b>24,45</b>	<b>80,32</b>	<b>678,67</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							<b>112,86</b>
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя 1 -я День 2 -й	Икра кабачковая (пром. Про-ва)	60	1,14	5,34	4,62	70,80	15,68
	Свекольник	250	2,02	5,02	20,82	138,51	9,00
	Печень, тушёная в соусе сметанном	120	18,45	16,00	20,96	291,61	65,20
	Картофель отварной /и овощи отварные	90 / 90	3,84	3,6	16,20	112,8	17,84
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,0	6,40
	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,90	35,23	158,99	6,02
	Хлеб ржаной	50	2,83	0,75	20,94	101,00	4,41
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>31,28</b>	<b>31,60</b>	<b>138,57</b>	<b>954,71</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							<b>124,55</b>
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя 1 -я День 2 -й	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,60	2,47
	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	110 / 20	8,514	8,156	17,855	175,88	57,02
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	2,64
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>10,41</b>	<b>8,706</b>	<b>37,92</b>	<b>268,55</b>	
<b>Стоимость полдника</b>							<b>62,13</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_





УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ФООБ «Глобус»  
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район



# МЕНЮ

ДЕНЬ №3 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя 1 -я	Салат из моркови с зел. Горош.	60	1,213	3,068	5,12	53,31	11,65
	Тефтели рыбные	110 / 20	11,44	10,29	6,57	182,62	31,06
3 -й	Пюре картофельное и / Пюре из овощей по-московски	150 / 30	3,171 0,42	4,219 1,38	19,730 2,13	130,15 22,5	18,40
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	10,64
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	4,31
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	2,64
итого за завтрак		650	20,87	20,09	98,61	677,54	
Стоимость завтрака							80,88
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя 1 -я	Икра свекольная	60	0,9	2,16	5,1	43,20	6,99
	Борщ из свежей капусты	250	1,3	4,375	6	68,500	11,80
День 3 -й	Гуляш из говядины	50 / 50	14,592	14,439	3,038	201,29	94,28
3 -й	Каша вязкая (ячневая)	180	2,66	6,196	34,247	203,39	7,90
	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	21,66
	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,90	35,23	158,98	6,02
	Хлеб ржаной	50	2,83	0,75	20,94	101,00	4,41
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,29	12,98
итого за обед		1010	30,32	33,90	130,83	951,90	
Стоимость обеда							166,04
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя 1 -я	(Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101	21,07
	День 3 -й	Котлеты морковные с творогом и / соус яблочный	110 / 25	3,42	3,60	15,58	96,23
3 -й		Хлеб пшеничный	32	1,232	0,608	16,448	72,35
итого за полдник		367	10,45	9,21	40,03	269,59	
Стоимость полдника							57,01

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор ООО «ГЛОБУС» \_\_\_\_\_  
 М.А. Маташенко



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
 Красноармейский район

# МЕНЮ

## ДЕНЬ №4 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя 1-я	Салат овощной с яблоками	70	1,13	0,17	4,39	22,83	8,00
	Плов	205	11,67	23,656	32,952	385,14	89,55
День	Компот из плодов или ягод сушённых	200	0,3	0,01	17,50	72,00	4,45
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	4,31
4-й	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
итого за завтрак		565	17,29	25,13	98,68	683,69	
Стоимость завтрака							109,84
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя 1-я	Морковь отварная дольками	60	0,83	1,95	4,13	37,58	8,06
	Суп картофельный с клёцками	250	4,25	4,82	15,69	123,14	12,40
День	Котлеты "Пермские"	100	16,83	13,81	12,75	242,50	80,60
	Картофель в молоке	180	3,924	6,936	27,600	178,34	18,50
4-й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00	10,64
	Хлеб пшеничный	60	2,31	0,82	32,52	146,75	5,17
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	8,30
итого за обед		1010	31,88	29,62	141,39	949,02	
Стоимость обеда							147,20
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя 1-я	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	3,99
День	Рыба запечённая с яйцом	115	0,81	4,44	9,78	118,30	28,25
	Кондитерские изделия (Печенье)	20	1,14	1,069	8,55	67,03	3,80
4-й	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	2,64
итого за полдник		365	3,94	5,954	37,58	274,29	
Стоимость полдника							38,68

Зав.производством \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_  
 Д.П. Брагащенко

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район



# МЕНЮ

ДЕНЬ №5 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя							
1 -я	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,075	5,175	25,20	2,57
День	Шницель рыбный натуральный	120	9,83	10,47	6,83	208,25	43,51
5 -й	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	6,58	12,01	26,66	216,01	33,14
	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0,9	0,11	30,90	115,05	11,10
	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38	2,58
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	1,77
<b>итого за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>20,49</b>	<b>23,369</b>	<b>94,19</b>	<b>678,60</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							<b>94,66</b>
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя							
1 -я	Кукуруза с яйцом и луком	60	1,98	3,84	1,32	48,0	21,98
День	Суп с крупой и фрикадельками	250	8,31	10,4131	10,44	171,01	46,02
5 -й	Макаронные изделия отварные с сыром	190	8,054	10,492	28,69	207,72	33,20
	Сырники из творога запечённые	120	7,38	4,304	21,48	154,16	41,63
	Какао с молоком и витаминами	200	6,27	5,02	18,31	142,51	21,34
	Хлеб пшеничный	45	1,73	0,62	24,39	110,06	3,88
	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	2,64
	Фрукты свежие ( апельсин )	105	0,905	0,21	12,82	56,97	13,63
<b>итого за обед</b>		<b>1000</b>	<b>36,32</b>	<b>35,350</b>	<b>130,01</b>	<b>951,51</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							<b>184,32</b>
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя							
1 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.ж. 2,5% ))	200	5,8	5	8	101,00	21,07
День	Зразы картофельные и / соус молочный	100 / 20	3,38	7,291	7,880	102,59	20,10
5 -й	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38	2,58
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>10,336</b>	<b>12,704</b>	<b>32,14</b>	<b>277,0</b>	
<b>Стоимость полдника</b>							<b>43,76</b>

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ «Глобус»  
 Л.П. Бигушпенко



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район

# МЕНЮ

ДЕНЬ №6 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя 2-я День 6-й	Горошек зелёный (консервированный)	70	1,983	0,117	4,08	32,10	20,03
	Омлет натуральный / и Бигус (сложный гарнир)	120 / 80	3,98 7,2	7,53 5,32	15,16 2,08	143,49 85,20	92,78
	Кофейный напиток с молоком	200	5,64	5,03	15,33	129,32	18,94
	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,90	35,23	158,98	6,02
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,00	6,92
<b>итого за завтрак</b>		<b>680</b>	<b>23,97</b>	<b>19,89</b>	<b>98,43</b>	<b>677,51</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							<b>148,22</b>
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя 2-я День 6-й	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,00	5,08	51,42	9,69
	Суп с макарон. изд. и картофелем	250	2,869	3,52	18,88	119,48	7,28
	Биточки рыбные	120	14,82	14,58	15,84	253,85	49,20
	Рагу из овощей с кашей	180	5,13	6,633	19,62	158,40	24,11
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	10,64
	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,90	35,23	158,98	6,02
Хлеб ржаной	50	2,83	0,75	20,934	101,78	4,41	
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>30,18</b>	<b>29,38</b>	<b>140,98</b>	<b>949,51</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							<b>111,35</b>
<b>ПОЛДНИК (1 смена)</b>							
неделя 2-я День 6-й	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,3	0,01	14,76	61,1	6,40
	Котлеты из овощей	120	4,93	8,49	11,53	142,24	31,58
	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38	2,58
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>6,39</b>	<b>8,91</b>	<b>42,54</b>	<b>276,72</b>	
<b>Стоимость полдника</b>							<b>40,57</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «ГЛОБУС»



СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район

# МЕНЮ

ДЕНЬ №7 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя 2 -я	Салат из капусты белокачанной	60	0,87	3,60	5,04	56,40	2,89
	Жаркое по - домашнему	205	16,79	17,08	23,75	315,92	65,10
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,10	80,77	4,45
День 7 -й	Хлеб пшеничный	60	2,31	0,82	32,52	146,75	5,17
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
итого за завтрак		<b>565</b>	<b>22,83</b>	<b>22,19</b>	<b>98,15</b>	<b>681,26</b>	
Стоимость завтрака							<b>81,14</b>
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя 2 -я	Салат из моркови	60	0,72	3,6	6,72	62,40	4,22
	Щи из свежей капусты	250	1,3	4,425	3,45	59,00	4,5
День 7 -й	Плов из птицы	210	18,04	10,92	38,91	326,12	49,60
	Чай с молоком	200	3	2,2	13,64	85,89	10,66
	Кондитерские изделия (Печенье)	50	2,82	4,19	23,03	141,08	7,50
	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,90	35,23	158,98	6,02
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290	12,98
итого за обед		<b>980</b>	<b>30,98</b>	<b>27,17</b>	<b>146,13</b>	<b>955,18</b>	
Стоимость обеда							<b>99,01</b>
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя 2 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101,00	21,07
	Котлеты картофельные с творогом и / / соус молочный	110 / 20	2,45	4,72	17,00	120,79	37,00
День 7 -й	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,38	10,28	45,22	1,73
	итого за полдник		<b>350</b>	<b>9,02</b>	<b>10,10</b>	<b>35,28</b>	<b>267,01</b>
Стоимость полдника							<b>59,80</b>

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «Глобус»



СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район

# МЕНЮ

ДЕНЬ №8 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя 2 -я День 8 -й	Каша манная молочн. жидкая	230	8,057	8,91	37,511	262,43	31,80
	Масло (порциями)	15	0,12	10,875	0,195	99,14	19,29
	Какао с молоком и витаминами	200	3,66	2,85	11,63	86,763	21,34
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	4,31
	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	2,64
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,781	0,15	12,21	53,28	12,98
<b>итого за завтрак</b>		<b>625</b>	<b>16,24</b>	<b>23,92</b>	<b>101,20</b>	<b>684,97</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							<b>92,36</b>
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
2 -я День 8 -й	Салат из свеклы отварной	60	0,825	2,7	4,575	45,60	2,77
	Суп гороховый	250	5,87	2,83	18,97	124,88	5,04
	Тефтели. Белип	120	17,36	16,56	11,44	242,24	38,84
	Овощи в молочном соусе	180	4,526	8,537	12,754	146,06	18,20
	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200	0,56	0,11	37,17	151,95	11,10
	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,90	35,23	158,98	6,02
Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53	
<b>итого за обед</b>		<b>920</b>	<b>33,91</b>	<b>32,23</b>	<b>136,88</b>	<b>951,13</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							<b>85,50</b>
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя 2 -я День 8 -й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00	10,64
	Котлета школьная и /соус молочный	105 / 20	6,26	9,02	10,521	125,50	58,09
	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	2,64
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>8,95</b>	<b>9,67</b>	<b>43,28</b>	<b>272,57</b>	
<b>Стоимость полдника</b>							<b>71,37</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ «Глобус»

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район



# МЕНЮ

ДЕНЬ № 9 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1смена)</b>							
неделя 2 -я	Икра кабачковая (пром. Про- ва)	60	1,14	5,34	4,62	70,80	15,68
День	Макаронные изделия отварные и / Овощи припущенные	150 / 40	5,55	4,950	29,55	184,50	19,11
			0,56	1,051	2,75	22,72	
9-й	Печень по-строгановски	120	12,14	13,55	18,29	216,43	59,35
	чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,90	3,46
	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83	3,44
	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	2,64
итого за завтрак		640	22,93	25,89	96,15	681,25	
Стоимость завтрака							103,68
<b>ОБЕД (2смена)</b>							
неделя 2 -я	Икра морковная	60	0,84	2,28	3,9	39,60	10,01
	Суп из овощей	250	2	4,525	6,325	74,00	7,90
День	Котлеты домашние Омлет с отварным картофелем	100	8,69	14,68	16,25	231,89	63,05
		180	12,42	15,48	12,78	241,20	41,40
9-й	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,00	6,40
	Хлеб пшеничный	60	2,31	0,82	32,52	146,75	5,17
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	8,30
итого за обед		1010	29,50	38,867	120,07	949,14	
Стоимость обеда							145,77
<b>ПОЛДНИК (2смена)</b>							
неделя 2 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101,00	21,07
День	Биточек рисовый с морковью /и соус молочный	110 / 20	1,925	2,235	17,942	101,58	31,97
9-й	Хлеб пшеничный	30	1,115	0,57	15,42	67,83	2,58
итого за полдник		360	8,84	7,805	41,36	270,41	
Стоимость полдника							55,63

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор ООО «Глобус»  
 Л.И. Брагащенко



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Красноармейский район

# МЕНЮ

ДЕНЬ №10 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория **12-18 лет.**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>							
неделя 2 -я День 10 -й	Икра свекольная	60	1,3	4,2	6,8	71,40	7,77
	Рагу из птицы	235	19,69	17,27	8,54	289,42	61,30
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00	10,64
	Хлеб пшеничный	60	2,31	0,82	32,52	146,75	5,17
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
<b>итого за завтрак</b>		<b>595</b>	<b>26,54</b>	<b>23,094</b>	<b>84,83</b>	<b>675,00</b>	
<b>Стоимость завтрака</b>							<b>88,41</b>
<b>ОБЕД (2 смена)</b>							
неделя 2 -я День 10 -й	Кукуруза с яйцом и луком	60	1,98	3,84	1,32	48,00	11,98
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,85	4,425	6,950	75,00	10,20
	Суфле из рыбы и творога	120	16,80	6,48	4,56	145,20	36,64
	Каша вязкая (пшеничная)	180	2,004	12,022	35,11	270,88	30,00
	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	18,94
	Хлеб пшеничный	70	2,50	0,90	35,23	158,98	6,02
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,6	16,74	81,43	3,53
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,29	12,98
<b>итого за обед</b>		<b>1020</b>	<b>32,94</b>	<b>33,350</b>	<b>126,19</b>	<b>955,03</b>	
<b>Стоимость обеда</b>							<b>130,30</b>
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>							
неделя 2 -я День 10 -й	Чай с яблоком и апельсином	200	0,38	0,1	1,72	8,80	6,59
	Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный	100 /20	9,72	8,98	14,75	203,41	53,66
	Хлеб ржаной	30	1,695	0,45	12,56	61,07	2,64
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>11,80</b>	<b>9,510</b>	<b>29,03</b>	<b>273,28</b>	
<b>Стоимость полдника</b>							<b>62,62</b>

Зав.производством