Утверждаю
Директор школы
_____ Н.Ю. Севостьянова

Ежедневное меню 1 неделя

		завтрак				обед				
	Наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет		Наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет	
		Масса порции,г	Эн.ценность (ккал)	Масса порции,г	Эн.ценность (ккал)		Масса порции,г	Эн.ценность (ккал)	Масса порции,г	Эн.ценность (ккал)
понедельник	1 день									
	Вермишель молочная	200	145,20	250	181,50	Салат из зеленого горошка	100	83,60	100	83,60
	Батон	100	264	100	264	Рассольник	200	96,60	250	120,75
	Чай с сахаром	200\15	61,3	200\15	61,3	Макароны отварные	150	208	180	225
	Лимон					Котлета	80	153	100	191,3
						Компот	200	103,2	200	103,2
						Хлеб пшеничный	80	170,9	100	212,5
	всего		470,5		506,80			815,3		936,35
	ИТОГО									
вторник	2 день									
	Масло	10	75,0	10	75,0	Салат капустный	60	52,44	100	87,40
	Сыр	10	37,0	10	37,0	Суп картофельный с горохом	250	148,5	250	148,5
	Батон	100	264	100	264	Картофельное пюре	150	123,3	180	148
	Чай с сахаром	200\15	61,3	200\15	61,3	Рыба жареная в кляре	80	141	100	176,4
	Лимон					Компот	200	103,2	200	103,2
						Хлеб пшеничный	80	170,9	100	212,5
	всего		437,3		437,3			739,34		876
	ИТОГО									
среда	3 день									
	Каша «Дружба»	205	185,6	205	185,6	Икра кабачковая	60	66	100	88
	Батон	100	264	100	264	Борщ со сметаной	250\10	64,3	250\10	64,3
	Чай с сахаром	200\15	61,3	200\15	61,3	Плов	210	377	260	471,25
	Лимон					Компот	200	103,2	200	103,2
						Хлеб пшеничный	80	170,9	100	212,5
	всего		510		510			781,4		939,25
	ИТОГО									

	4 день									
ч	Масло	10	75.0	10	75.0	Салат из свеклы	60	56.34	100	93.9
е	Сыр	10	37.0	10	37.0	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	108	250	108
т	Батон	100	264	100	264	Каша гречневая рассыпчатая	150	253	180	273
в	Чай с сахаром	200\15	61.3	200\15	61.3	Гуляш	125	135	125	135
е						Сок	200	94	200	94
р						Хлеб пшеничный	80	170.9	100	212,5
г	всего		437,3		567,3					
	ИТОГО							817,24		916,4мм
	5 день					Винегрет овощной	60	52,2	100	69,5
п	Каша манная молочная	205	157	205	157	Суп картофельный с рисом	250	142.6	250	142.6
я	Батон	100	264	100	264	Картофель по-домашнему	180	170.82	200	189.80
т	Чай с сахаром	200\15	61.3	200\15	61.3	Сосиска отварная	1 шт	142	1 шт	142
н						Компот	200	103.2	200	103.2
и						Хлеб пшеничный	80	170.9	100	212.5
ц	всего		482,3		482,3			781.72		859.6
а	ИТОГО									

Ежедневное меню 2 неделя

	завтрак					обед			
	Наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет		Наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет	
		Масса порции,г	Энценность (ккал)	Масса порции,г	Энценность (ккал)		Масса порции,г	Энценность (ккал)	Масса порции,г	Энценность (ккал)
понедельник	1 день									
	Каша «Дружба»	205	185,6	205	185,6	Салат из свеклы	60	56,34	100	93,9
	Батон	100	264	100	264	Рассольник	200	96,60	250	120,75
	Чай с сахаром	200\15	61,3	200\15	61,3	Рис отварной	150	195	180	235
	Лимон					Котлета	80	153	100	191,5
						Компот	200	103,2	200	103,2
						Хлеб пшеничный	80	170,9	100	212,5
	всего		510		510			775,04		956,85
	ИТОГО									
вторник	2 день									
	Масло	10	75,0	10	75,0	Салат капустный	60	52,44	100	87,40
	Сыр	10	37,0	10	37,0	Свекольник	250	98,68	250	98,68
	Батон	100	264	100	264	Картофельное пюре	150	123,3	180	148
	Чай с сахаром	200\15	61,3	200\15	61,3	Печень по строгоновски	50\55	162,31	50\55	162,31
	Лимон					Компот	200	103,2	200	103,2
						Хлеб пшеничный	80	170,9	100	212,5
	всего		437,3		437,3			710,83		812,09
	ИТОГО									
среда	3 день									
	Каша манная молочная	205	157	205	157	Икра кабачковая	60	66	100	88
	Батон	100	264	100	264	Суп с крупой пшенный	250	142,6	250	142,6
	Чай с сахаром	200\15	61,3	200\15	61,3	Макароны отварные	150	208	180	225
						Тефтели	80	153	100	191,5
						Сок	200	94	200	94
						Хлеб пшеничный	80	170,9	100	212,5
	всего		482,3		482,3			781,4		939,25
	ИТОГО									

	4 день									
ч	Масло	10	75.0	10	75.0	Салат капустный	60	52.44	100	87.40
е	Сыр	10	37.0	10	37.0	Борщ со сметаной	250\10	64.3	250\10	64.3
т	Батон	100	264	100	264	Плов	210	377	260	471.25
в	Чай с сахаром	200\15	61.3	200\15	61.3	Компот	200	103.2	200	103.2
е						Хлеб пшеничный	80	170.9	100	212.5
р										
г	всего		437.3		567.3			767.84		938.65
	ИТОГО									
	5 день					Винегрет овощной	60	52.2	100	69.5
п	Вермишель молочная	200	145.20	250	181.50	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	108	250	108
я	Батон	100	264	100	264	Каша гречневая рассыпчатая	150	253	180	273
т	Чай с сахаром	200\15	61.3	200\15	61.3	Гуляш	125	135	125	135
н	Лимон					Оладьи	100	195.9	100	195.9
и						Компот	200	103.2	200	103.2
ц						Хлеб пшеничный	80	170.9	100	212.5
а	всего		470.5		506.80			781.72		859.6
	ИТОГО									