



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ № 132

Комарова Т.А.

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО «ОЛЕС»

Васьков Е.Д.



**ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ
УЧАЩИХСЯ 1-4,5-11 КЛАССОВ В МАОУ СОШ
№ 132**

Меню 1Н1Д

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	КАША МУЛЬТИЗЛАКОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛО	210	125,30	3,10	5,10	35,60
	НАПИТОК КАКАО НА МОЛОКЕ	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	29	96,30	1,20	1,20	28,60
	СЫР ПОРЦИОННО	25	126,30	2,30	2,10	52,30
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	103,00	2,20	1,20	45,30
Итого		559	574,50	14,00	12,90	217,10
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	ПЛОВ СО СВИНИНОЙ	210	118,95	2,33	5,36	15,32
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	128,98	0,44	0,02	31,76
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	103,00	2,20	1,20	45,30
Итого			474,53	10,17	9,88	147,68
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	СВИНИНА ПО-УРАЛЬСКИ /РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	100/180	118,95	2,33	5,36	15,32
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	123,60	5,20	3,30	55,30
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	128,98	0,44	0,02	31,76
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	103,00	2,20	1,20	45,30
Итого			474,53	10,17	9,88	147,68
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	СОТЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО С ОВОЩАМИ И ФАСОЛЬЮ/КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/150	433,10	25,06	18,71	41,11
	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	28	128,98	0,44	0,02	31,76
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			889,89	36,26	27,97	160,24
одноразовое питание 6-7классы (обед) род плата/льгота						
	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	СОТЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО С ОВОЩАМИ И ФАСОЛЬЮ/КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/180	433,10	25,06	18,71	41,11
	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	103,00	2,20	1,20	45,30
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	66	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			889,89	36,26	27,97	160,24
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	КАША МУЛЬТИЗЛАКОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛО	200/10	125,30	3,10	5,10	35,60
	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ Б/МОЛОКА	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	96,30	1,20	1,20	28,60
	СЫР ПОРЦИОННО	15	126,30	2,30	2,10	52,30
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	103,00	2,20	1,20	45,30
			574,50	14,00	12,90	217,10
Итого (Завтрак)						
Обед						
	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	СОТЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО С ОВОЩАМИ И ФАСОЛЬЮ/КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/150	433,10	25,06	18,71	41,11
	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	56	128,98	0,44	0,02	31,76
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	128,98	0,44	0,02	31,76
Итого (Обед)			804,63	33,03	27,39	143,49
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	КАША МУЛЬТИЗЛАКОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛО	200/10	125,30	3,10	5,10	35,60
	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ Б/МОЛОКА	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	СЫР ПОРЦИОННО	30	96,30	1,20	1,20	28,60
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	103,00	2,20	1,20	45,30
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	103,00	2,20	1,20	45,30
Итого (Завтрак)			574,50	14,00	12,90	217,10
Обед						
	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	СОТЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО С ОВОЩАМИ И ФАСОЛЬЮ/КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100/180	433,10	25,06	18,71	41,11
	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	123,60	5,20	3,30	55,30
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	103,00	2,20	1,20	45,30
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	66	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			889,89	36,26	27,97	160,24

Меню 1Н2Д

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	МИТБОЛЫ В СОУСЕ	90	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого						
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	МИТБОЛЫ В СОУСЕ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	41	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	120,00	1,00	0,10	36,00
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	ШАШЛЫЧОК ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	75	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	41	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	МИТБОЛЫ В СОУСЕ	90	90,47	5,00	3,00	35,00
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	128,98	0,44	0,02	31,76
	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	32	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	120,00	1,00	0,10	36,00
Итого			477,91	10,67	4,00	123,91
одноразовое питание 6-7классы (обед) род плата/льгота						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	МИТБОЛЫ В СОУСЕ	100	90,47	5,00	3,00	35,00
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	128,98	0,44	0,02	31,76
	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/СЫР ПОРЦИОННО	60	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	120,00	1,00	0,10	36,00
Итого			477,91	10,67	4,00	123,91
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	МИТБОЛЫ В СОУСЕ	90	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	120,00	1,00	0,10	36,00
Итого (Завтрак)			843,85	37,94	23,56	127,15
Обед						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	ФИЛЕ ОТВАРНОЕ С ОВОЩАМИ	90	90,47	5,00	3,00	35,00
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	128,98	0,44	0,02	31,76
	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	49	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Обед)			477,91	10,67	4,00	123,91
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	МИТБОЛЫ В СОУСЕ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	120,00	1,00	0,10	36,00
Итого (Завтрак)						
Обед						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	ФИЛЕ ОТВАРНОЕ С ОВОЩАМИ	100	90,47	5,00	3,00	35,00
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	128,98	0,44	0,02	31,76
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	21	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	120,00	1,00	0,10	36,00
Итого (Обед)			477,91	10,67	4,00	123,91
Итого						

Меню 1НЗД

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	ОМЛЕТ С МЯСОПРОДУКТАМИ	150/7	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	90,47	1,59	1,63	17,34
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	79,67	2,38	0,93	15,43
	МАСЛО ПОРЦИОННО/ДЖЕМ ПОРЦИОННО	10	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	65/150	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	468,45	29,74	20,32	41,63
	МЯСО СВИНИНЫ ОТВАРНОЕ С ОВОЩАМИ/КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	65/150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	29	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	118,95	2,33	5,36	15,32
	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	433,10	25,06	18,71	41,11
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ	90	128,98	0,44	0,02	31,76
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	85,26	3,23	0,58	16,75
	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	43	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого			644,32	27,95	19,69	88,81
одноразовое питание 6-7классы (обед) род плата/льгота						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	118,95	2,33	5,36	15,32
	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	433,10	25,06	18,71	41,11
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ	100	128,98	0,44	0,02	31,76
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	85,26	3,23	0,58	16,75
	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50	79,67	2,38	0,93	15,43
	ДЖЕМ	50	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			644,32	27,95	19,69	88,81
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	ОМЛЕТ С МЯСОПРОДУКТАМИ	150/7	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	90,47	1,59	1,63	17,34
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	79,67	2,38	0,93	15,43
	МАСЛО ПОРЦИОННО/ДЖЕМ ПОРЦИОННО	10	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	118,95	2,33	5,36	15,32
	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	433,10	25,06	18,71	41,11
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ	90	128,98	0,44	0,02	31,76
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	85,26	3,23	0,58	16,75
	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	26	644,32	27,95	19,69	88,81
Итого (Обед)						
Итого						
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	ОМЛЕТ С МЯСОПРОДУКТАМИ	150/7	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	90,47	1,59	1,63	17,34
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	79,67	2,38	0,93	15,43
	МАСЛО ПОРЦИОННО/ДЖЕМ ПОРЦИОННО	25	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	118,95	2,33	5,36	15,32
	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	433,10	25,06	18,71	41,11
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ	100	128,98	0,44	0,02	31,76
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	85,26	3,23	0,58	16,75
	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	ИЗДЕЛИЕ КОНДИТЕРСКОЕ	50	85,26	3,23	0,58	16,75
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	41	644,32	27,95	19,69	88,81
Итого (Обед)						
Итого						

Меню 1Н4Д

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/25	468,45	29,74	20,32	41,63
	НАПИТОК ИЗ ЧАЯ С ЯГОДАМИ	200	90,47	1,59	1,63	17,34
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/МАСЛО ПОРЦИОННО	32/10	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	118,95	2,33	5,36	15,32
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ БЕЗ Т.П.	180	433,10	25,06	18,71	41,11
	НАПИТОК ИЗ ЧАЯ С ЯГОДАМИ	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/МАСЛО ПОРЦИОННО	22/15	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	86,60	1,00	0,20	20,20
Итого			766,29	31,06	24,67	104,94
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	СЫР ПОРЦИОННО	15	118,95	2,33	5,36	15,32
	СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	433,10	25,06	18,71	41,11
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	74,20	2,83	0,51	14,70
Итого			766,29	31,06	24,67	104,94
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ/ЛЕЧО	210/60	433,10	25,05	18,71	41,11
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22	85,26	3,23	0,58	16,75
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	25	74,20	2,83	0,51	14,70
	НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
Итого			841,83	31,65	24,80	123,09
одноразовое питание 6-7 классы (обед) род плата/льгота						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	60/150	433,10	25,05	18,71	41,11
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	22	85,26	3,23	0,58	16,75
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	74,20	2,83	0,51	14,70
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	245	86,60	1,00	0,20	20,20
Итого			841,83	31,65	24,80	123,09
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/25	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	90,47	1,59	1,63	17,34
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/МАСЛО ПОРЦИОННО	32/10	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ/ЛЕЧО	210/60	433,10	25,05	18,71	41,11
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	22	85,26	3,23	0,58	16,75
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	25	74,20	2,83	0,51	14,70
	НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
Итого (Обед)			841,83	31,65	24,80	123,09
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/25	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	90,47	1,59	1,63	17,34
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/МАСЛО ПОРЦИОННО	32/15	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ/ЛЕЧО	220/60	433,10	25,05	18,71	41,11
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	18	74,20	2,83	0,51	14,70
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	25	86,60	1,00	0,20	20,20
	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	245	841,83	31,65	24,80	123,09
Итого (Обед)						

Меню 1Н5Д

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/КОЛБАСКА ВИТАМИННА	150/90	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	28	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТ СВЕЖИЙ (ГРУША)	200	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого						
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/КОЛБАСКА ВИТАМИННА	220	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	28	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТ СВЕЖИЙ (ГРУША)	200	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого						
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	ШАШЛЫЧОК ИЗ СВИНИНЫ /БУЛГУР ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ/ОВОЩИ СВЕЖИЕ	75/180/60	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	28	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТ СВЕЖИЙ (ГРУША)	200	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого						
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	468,45	29,74	20,32	41,63
	КОЛБАСКА ВИТАМИННАЯ/ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90/150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	55	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПОМИДОР СВЕЖИЙ/ГРУША СВЕЖАЯ	40/150	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 6-7классы (обед) род плата/льгота						
	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	468,45	29,74	20,32	41,63
	КОЛБАСКА ВИТАМИННАЯ/ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	55	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПОМИДОР СВЕЖИЙ/ГРУША СВЕЖАЯ	60/150	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого						
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/КОЛБАСКА ВИТАМИННА	215	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	28	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТ СВЕЖИЙ (ГРУША)	200	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого (Завтрак)						
Обед						
	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	468,45	29,74	20,32	41,63
	КОЛБАСКА ВИТАМИННАЯ/ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90/150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	55	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПОМИДОР СВЕЖИЙ/ГРУША СВЕЖАЯ	40/150	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого (Обед)			638,59	33,71	22,88	74,40
Итого						
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/КОЛБАСКА ВИТАМИННА	220	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТ СВЕЖИЙ (ГРУША)	200	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого (Завтрак)						
Обед						
	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	468,45	29,74	20,32	41,63
	КОЛБАСКА ВИТАМИННАЯ/ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	26	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПОМИДОР СВЕЖИЙ/ГРУША СВЕЖАЯ	60/150	638,59	33,71	22,88	74,40
Итого (Обед)						
Итого						

Меню 2Н1Д

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200/10	125,30	3,10	5,10	35,60
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	123,60	5,20	3,30	10,30
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	96,30	1,20	1,20	18,60
	СЫР ПОРЦИОННО/МАСЛО ПОРЦИОННО	20	126,30	4,30	2,10	2,30
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	25,00	0,20	0,20	25,30
Итого			496,50	14,00	11,90	92,10
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	ЧАХОХБИЛИ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО/РИЗОТТО С ОВОЩАМИ	100/180	468,45	29,74	20,32	41,63
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	79,67	0,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	25,00	0,20	0,20	25,30
Итого			633,38	35,35	21,83	73,81
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ /РИЗОТТО С ОВОЩАМИ	100/180	468,45	29,74	20,32	41,63
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	0,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	25,00	0,20	0,20	25,30
Итого			633,38	35,35	21,83	73,81
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	200/10	118,95	2,33	5,36	15,32
	ЧАХОХБИЛИ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	100	433,10	25,06	18,71	41,11
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	123,60	5,20	3,30	55,30
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	25,00	0,20	0,20	25,30
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	80	25,00	0,20	0,20	25,30
Итого			914,89	36,46	28,17	185,54
одноразовое питание 6-7 классы (обед) род плата/льгота						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	250/10	433,10	25,06	18,71	41,11
	ЧАХОХБИЛИ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	100	123,60	5,20	3,30	55,30
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	128,98	0,44	0,02	31,76
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	128,98	3,23	0,58	16,75
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	25,00	0,20	0,20	25,30
Итого			924,92	37,36	23,39	186,97
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200/10	125,30	3,10	5,10	35,60
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	123,60	5,20	3,30	10,30
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	96,30	1,20	1,20	18,60
	СЫР ПОРЦИОННО/МАСЛО ПОРЦИОННО	20	126,30	4,30	2,10	2,30
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	25,00	0,20	0,20	25,30
Итого (Завтрак)			496,50	14,00	11,90	92,10
Обед						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	200/10	118,95	2,33	5,36	15,32
	ЧАХОХБИЛИ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	100	433,10	25,06	18,71	41,11
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	123,60	5,20	3,30	55,30
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	25,00	0,20	0,20	25,30
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	80	25,00	0,20	0,20	25,30
Итого (Обед)			914,89	36,46	28,17	185,54
Итого						
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200/10	125,30	3,10	5,10	35,60
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	123,60	5,20	3,30	10,30
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	96,30	1,20	1,20	18,60
	СЫР ПОРЦИОННО/МАСЛО ПОРЦИОННО	20	126,30	8,60	4,20	4,60
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	50,00	0,40	0,40	50,60
Итого (Завтрак)			521,50	18,50	14,20	119,70
Обед						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	200/10	118,95	2,33	5,36	15,32
	ЧАХОХБИЛИ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	100	433,10	25,06	18,71	41,11
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	148,32	6,24	3,96	66,36
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	0,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	96,30	1,20	1,20	18,60
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	300	50,00	0,40	0,40	50,60
Итого (Обед)			876,34	35,21	30,16	156,82
Итого						

Меню 2Н2Д

Организованное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150/5	205,00	13,10	7,10	21,00
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	103,00	1,00	1,00	22,10
	МАСЛО ПОРЦИОННО/СЫР ПОРЦИОННО	10/10	124,00	2,10	8,10	3,20
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	142,00	2,20	0,56	39,60
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	142,00	2,20	0,56	39,60
Итого			574,00	18,40	16,76	85,90
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	ЛЮЛЯ-КЕБАБ КУРИНЫЙ	100	142,10	12,10	8,30	6,20
	ГОРОШНИЦА	180	150,30	7,20	7,30	25,20
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	103,00	1,00	1,00	22,10
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	142,00	2,20	0,56	39,60
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	142,00	2,20	0,56	39,60
Итого			537,40	22,50	17,16	93,10
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	ШАШЛЫЧОК ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	75	142,10	12,10	8,30	6,20
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ М.Р.	180	150,30	7,20	7,30	25,20
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	103,00	1,00	1,00	22,10
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	20	142,00	2,20	0,56	39,60
Итого			537,40	22,50	17,16	93,10
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ М.Р. СО СМЕТ.	250/10	117,00	3,30	6,40	15,20
	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ М.Р.	100	155,30	16,10	8,80	7,10
	БУЛГУР ПРИПУЩЕННЫЙ	150	160,20	2,80	6,30	35,20
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	103,00	1,20	1,20	21,00
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	45	152,00	2,10	0,36	35,60
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	103,00	1,00	1,00	22,10
Итого			687,50	25,50	23,06	114,10
одноразовое питание 6-7 классы (обед) род плата/льгота						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ М.Р. СО СМЕТ.	250/10	117,00	3,30	6,40	15,20
	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ М.Р.	100	203,08	21,05	5,36	9,93
	БУЛГУР ПРИПУЩЕННЫЙ	180	193,56	3,36	7,56	42,24
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	113,00	1,20	1,20	23,00
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	25	145,00	2,20	0,76	41,60
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	103,00	1,00	1,00	22,10
Итого			874,64	32,11	22,28	154,07
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150/5	205,00	13,10	7,10	21,00
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	103,00	1,00	1,00	22,10
	МАСЛО ПОРЦИОННО/СЫР ПОРЦИОННО	10/10	124,00	2,10	8,10	3,20
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	142,00	2,20	0,56	39,60
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	142,00	2,20	0,56	39,60
Итого (Завтрак)			574,00	18,40	16,76	85,90
Обед						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ М.Р. СО СМЕТ.	250/10	117,00	3,30	6,40	15,20
	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ М.Р.	100	155,30	16,10	8,80	7,10
	БУЛГУР ПРИПУЩЕННЫЙ	150	160,20	2,80	6,30	35,20
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	103,00	1,20	1,20	21,00
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	45	152,00	2,10	0,36	35,60
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	103,00	1,00	1,00	22,10
Итого (Обед)			687,50	25,50	23,06	114,10
Итого						
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	ОМЛЕТ С СЫРОМ	150/5	205,00	13,10	7,10	21,00
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	103,00	1,00	1,00	22,10
	МАСЛО ПОРЦИОННО/СЫР ПОРЦИОННО	20/20	372,00	6,30	24,30	9,60
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	142,00	2,20	0,56	39,60
Итого (Завтрак)			822,00	22,60	32,96	92,30
Обед						
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ М.Р. СО СМЕТ.	250/10	146,25	4,12	8,00	19,00
	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ М.Р./ПОМИДОРЫ СВЕЖ	100/60	155,30	16,10	8,80	7,10
	БУЛГУР ПРИПУЩЕННЫЙ	150	160,20	2,80	6,30	35,20
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	103,00	1,00	1,00	22,10
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	150	103,00	1,00	1,00	22,10
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	152,00	2,10	0,36	35,60
Итого (Обед)			819,75	27,12	25,46	141,10
Итого						

Меню 2НЗД

Организованное питание

№ рэц.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	ФРИКАССЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ М.Р.	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	ФРИКАССЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	105	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ М.Р.	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/МАСЛО ПОРЦИОННО	41\110	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ М.Р.	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/МАСЛО ПОРЦИОННО	41\110	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	БОРЩ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	90,47	5,00	3,00	35,00
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	128,98	0,44	0,02	31,76
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	28	85,26	3,23	0,58	16,75
	СЫР ПОРЦИОННО	25	477,91	10,67	4,00	123,91
	ИЗДЕЛИЕ КОНДИТЕРСКОЕ	50	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого			477,91	10,67	4,00	123,91
одноразовое питание 6-7классы (обед) род плата/льгота						
	БОРЩ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	90,47	5,00	3,00	35,00
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	128,98	0,44	0,02	31,76
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	37	85,26	3,23	0,58	16,75
	СЫР ПОРЦИОННО	25	477,91	10,67	4,00	123,91
	ИЗДЕЛИЕ КОНДИТЕРСКОЕ	50	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого						
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	ФРИКАССЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ М.Р.	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	БОРЩ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65/50	90,47	5,00	3,00	35,00
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	128,98	0,44	0,02	31,76
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	28	85,26	3,23	0,58	16,75
	СЫР ПОРЦИОННО	25	477,91	10,67	4,00	123,91
	ИЗДЕЛИЕ КОНДИТЕРСКОЕ	50	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого (Обед)			477,91	10,67	4,00	123,91
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	ФРИКАССЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО	105	468,45	29,74	20,32	41,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ М.Р.	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ/МАСЛО ПОРЦИОННО	41\110	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	БОРЩ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85/50	90,47	5,00	3,00	35,00
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	128,98	0,44	0,02	31,76
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	37	85,26	3,23	0,58	16,75
	СЫР ПОРЦИОННО	25	477,91	10,67	4,00	123,91
	ИЗДЕЛИЕ КОНДИТЕРСКОЕ	50	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого (Обед)						

Меню 2Н4Д

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ МИНТАЙ	90	468,45	29,74	20,32	41,63
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	32	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	723,85	36,94	23,46	91,15
Итого						
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ МИНТАЙ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	723,85	36,94	23,46	91,15
Итого						
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	РЫБА С ОВОЩАМИ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			809,11	40,17	24,04	107,90
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	200	90,47	5,00	3,00	35,00
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			434,19	13,46	4,56	108,90
одноразовое питание 6-7классы (обед) род плата/льгота						
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	210/60	90,47	5,00	3,00	35,00
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			348,93	10,23	3,98	92,15
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ МИНТАЙ	90	468,45	29,74	20,32	41,63
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	32	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Завтрак)			723,85	36,94	23,46	91,15
Обед						
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	200	90,47	5,00	3,00	35,00
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	29	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Обед)			348,93	10,23	3,98	92,15
Итого						
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ МИНТАЙ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	85,26	3,23	0,58	16,75
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Завтрак)			723,85	36,94	23,46	91,15
Обед						
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	250/10	86,60	1,00	0,20	20,20
	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	210/60	90,47	5,00	3,00	35,00
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	86,60	1,00	0,20	20,20
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	31	85,26	3,23	0,58	16,75
	ИЗДЕЛИЕ МУЧНОЕ	100	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Обед)			348,93	10,23	3,98	92,15
Итого						

Меню 2Н5Д

Организованное питание

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
одноразовое питание (завтрак) начальная школа						
	СВИНИНА ПО-УРАЛЬСКИ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	128,98	0,44	0,02	31,76
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 5-11 классы род плата/льгота						
	СВИНИНА ПО-УРАЛЬСКИ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	37	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 9-11 классы (выбор завтрак) род плата/льгота						
	ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	37	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	79,67	2,38	0,93	15,43
одноразовое питание (обед) начальная школа						
	СУП-ЛАПША С КУРИЦЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	КОТЛЕТА ПОЖАРСКАЯ	100	433,10	25,06	18,71	41,11
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	145,60	6,30	2,30	65,90
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	85,26	3,23	0,58	16,75
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	34	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			638,59	33,71	22,88	74,40
одноразовое питание 6-7 классы (обед) род плата/льгота						
	СУП-ЛАПША С КУРИЦЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	КОТЛЕТА ПОЖАРСКАЯ	100	433,10	25,06	18,71	41,11
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	145,60	6,30	2,30	65,90
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	44	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого			911,89	37,36	26,97	170,84
двухразовое питание (завтрак, обед) начальная школа						
Завтрак						
	СВИНИНА ПО-УРАЛЬСКИ	100	468,45	29,74	20,32	41,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	27	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	30	128,98	0,44	0,02	31,76
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	СУП-ЛАПША С КУРИЦЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	КОТЛЕТА ПОЖАРСКАЯ	100	433,10	25,06	18,71	41,11
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	145,60	6,30	2,30	65,90
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	90	85,26	3,23	0,58	16,75
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	34	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Обед)			911,89	37,36	26,97	170,84
Итого						
двухразовое питание 5-11 классы						
Завтрак						
	СВИНИНА ПО-УРАЛЬСКИ	55/50	468,45	29,74	20,32	41,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	90,47	1,59	1,63	17,34
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	79,67	2,38	0,93	15,43
	БАТОН ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	125	79,67	2,38	0,93	15,43
Итого (Завтрак)			638,59	33,71	22,88	74,40
Обед						
	СУП-ЛАПША С КУРИЦЕЙ	250	118,95	2,33	5,36	15,32
	КОТЛЕТА ПОЖАРСКАЯ	100	433,10	25,06	18,71	41,11
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	145,60	6,30	2,30	65,90
	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	128,98	0,44	0,02	31,76
	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	85,26	3,23	0,58	16,75
	ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ	187	85,26	3,23	0,58	16,75
Итого (Обед)			911,89	37,36	26,97	170,84