

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ пос. Азиатская г.
Кушва

Шерстобитова Н.М.



УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.



ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ ВСЕСЕЗОННОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4, 5-11 КЛАССОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ

1-4
классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 92,88 р.																		
23/4	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 200/10	210	4,28	2,86	4,80	1,65	40,48	228,00	118,78	47,99	179,79	1,32	35,52	39,68	67,62	0,25	0,18	0,5	25,00
6/2	Кисель	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	7,00
5/13	Сыр порционно	20	7,00	7,00	9,00	0,00	0,41	96,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	25,00
5/13	Яблоко свежее	160	0,95	0,00	0,80	0,80	4,00	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	29,00
7	Батон витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржанопшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	650	16,16	9,92	16,31	4,12	77,34	492,35	530,69	85,81	409,02	3,00	99,32	90,92	140,32	1,68	0,46	5,76	92,88
	ОБЕД 115,72 р. р																		Цена
3/2	Борщ со сметаной 250/10	260	3,34	0,26	3,61	5,43	13,49	201,36	46,47	22,37	51,92	0,99	9,36	16	227,29	2,52	0,05	11,24	16,00
	Рыба "Аппетитная"	100	12,12	8,69	13,20	0,01	14,78	98,78	19,02	26,61	176,95	0,59	23,42	384	93,28	1,48	0,16	1,36	70,00

60/3	Рис припу- щенный	150	3,66	0,03	4,76	0,52	38,35	212,57	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	14,00
35/18	Компот из свежих яб- лок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	11,00
7/1	Хлеб вита- минизиро- ванный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано- пшенич- ный вита- минизиро- ванный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,72
	Итого за прием	780	23,40	9,04	23,36	7,73	105,63	705,00	83,52	90,00	352,96	3,60	64,51	418,20	356,15	5,57	0,39	12,60	115,72
	УСИЛЕН- НЫЙ ПОЛ- ДНИК 92,88 р.																		
43/8	Кура от- варная с овощами	100	10,10	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0	0,41	0,11	0	60,00
2/3	Картофель отварной	150	4,83	1,56	4,90	0,65	32,50	235,60	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19	13,24	24,00
14/10	Чай с саха- ром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб вита- минизиро- ванный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано- пшенич- ный вита- минизиро- ванный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	510	19,21	11,72	24,97	2,42	71,92	597,88	121,44	73,86	297,07	4,45	25,95	43,98	34,24	1,93	0,44	13,24	92,88

5-11
классы

№			Белки, г	Жиры, г			Минеральные элементы (мг)	Витамины	
---	--	--	----------	---------	--	--	---------------------------	----------	--

	Наименование блюда	Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	Цена
	ЗАВТРАК 102,5 р																		
23/4	Каша мо- лочная "Дружба" с маслом сливоч- ным 200/10	210	4,28	2,86	4,80	1,65	40,48	228,00	118,78	47,99	179,79	1,32	35,52	39,68	67,62	0,25	0,18	0,5	25,00
6/2	Кисель	200	0,00	0,00	0,00	0,00	4,16	27,08	93,49	39,32	108,23	1,6	9,6	7,68	17,84	0,02	0,03	0,42	7,00
5/13	Сыр пор- ционно	25	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	25,5	39,8	0,06	0	0,06	30,00
5/13	Яблоко свежее	190	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	33,00
7	Батон ви- таминизи- рованный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано- пшенич- ный вита- минизиро- ванный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,50
	Итого за прием	695	18,16	11,92	18,63	4,12	77,66	547,66	525,18	119,65	507,25	4,58	116,97	98,60	162,26	1,70	0,35	1,09	102,50
	ОБЕД 130,37 р																		Цена
3/2	Борщ со сметаной 250/10	260	3,34	0,26	3,61	5,43	13,49	201,36	46,47	22,37	51,92	0,99	9,36	16	227,29	2,52	0,05	11,24	16,00
1/7	Рыба "Ап- петитная"	110	14,99	10,00	16,89	0,01	17,93	152,00	19,02	26,61	176,95	0,59	23,42	384	93,28	1,48	0,16	1,36	80,00
60/3	Рис припу- щенный	180	4,40	0,04	5,70	0,60	44,50	273,11	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	17,00
35/18	Компот из свежих яб- лок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	11,00
7/1	Хлеб вита- минизиро- ванный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	4,00

7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,37
	Итого за прием	830	27,01	10,36	27,99	7,81	114,93	818,76	83,52	90,00	352,96	3,60	64,51	418,20	356,15	5,57	0,39	12,60	130,37
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 102,5 р.																		
43/8	Кура отварная с овощами	110	10,10	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0	0,41	0,11	0	66,00
2/3	Картофель отварной	180	4,83	1,56	4,90	0,65	32,50	193,42	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19	13,24	29,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	25	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,50
	Итого за прием	545,00	19,21	11,72	24,97	2,42	71,92	592,20	121,44	73,86	297,07	4,45	25,95	43,98	34,24	1,93	0,44	13,24	102,50

МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Уг-лево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	

	ЗАВТРАК 92,88 р.																	
925	Кнели куриные из филе	90	10,57	10,57	10,25	1,98	1,31	146,00	28,56	15,3	113,53	1,5	0	0	0,41	0,11	0	70,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,7	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	490	16,16	10,67	15,81	4,41	70,33	492,99	54,69	38,43	203,32	3,71	12,75	23,80	2,54	0,31	0,00	92,88
	ОБЕД 115,72 р. р																	Цена
29/2	Суп-пюре картофельный с гренками	250	3,20	1,20	4,16	0,30	18,39	90,00	65,96	22,65	70,97	0,7	22,26	357,75	0,3	0,06	9,09	18,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,02	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00
60/2	Котлета "Домашняя"	90	9,99	9,22	11,12	1,16	11,65	171,00	30,59	17,95	103,4	1,5	15,57	128,52	0,99	0,04	0,425	65,00
16/4	Каша гречневая вязкая	150	6,82	0,03	6,70	2,74	22,14	201,00	13,54	125,81	188,51	4,2	22,3	42,8	0,73	0,19	0	16,00
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,00	0,10	0,00	15,00	84,00	10,72	4,5	0	0,4	0	0	0	0,01	0	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,72
	Итого за прием	750,00	24,16	10,58	24,28	5,91	99,19	720,72	133,72	186,75	412,11	8,18	60,88	530,37	3,33	0,44	9,52	115,72

	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 92,88 р.																	
62/3	Омлет с сыром 150/5	155	9,60	8,60	17,12	0,00	1,34	197,59	52,91	11,34	131,52	1,5	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	70,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	4,00
	Шанежка с картофелем	75	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	16,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,88
	Итого за прием	450,00	16,11	8,60	19,60	2,50	62,11	454,68	70,91	37,74	199,52	3,12	86,89	221,17	1,91	0,17	0,05	92,88

5-11 классы																		
№	Наименование блюда		Белки, г		Жиры, г				Минеральные элементы (мг)				Витамины					

		Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	Уг- лево- ды, г	ЭЦ, ккал	Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	C,мг	Цена
	ЗАВТРАК 102,5 р																	
925	Кнели куриные из филе	100	12,30	9,00	12,90	2,13	2,91	167,00	28,56	15,3	113,53	1,5	0	0	0,41	0,11	0	75,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	2,12	0,05	4,53	0,80	39,72	219,00	15,39	8,75	48,67	0,9	14,4	27	0,98	0,08	0	16,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизиро- ванный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшенич- ный витаминизиро- ванный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,50
	Итого за прием	560	18,70	9,11	19,22	4,70	77,64	557,76	57,26	39,89	211,43	3,86	15,15	28,30	2,70	0,33	0,00	102,50
	ОБЕД 130,37 р																	Цена
29/2	Суп-пюре картофе- льный с гренками	250	3,20	1,20	4,16	0,30	18,39	90,00	65,96	22,65	70,97	0,7	22,26	357,75	0,3	0,06	9,09	18,00
7/3	Гренки из пшенич- ного хлеба	10	1,14	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00
	Помидор свежий	50	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	19,00	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	10,00
60/2	Котлета "Домашняя"	100	9,99	9,22	12,41	1,16	12,25	189,19	30,59	17,95	103,4	1,5	15,57	128,52	0,99	0,04	0,425	68,00
16/4	Каша гречневая вяз- кая	180	9,28	0,03	8,23	2,74	31,10	273,13	13,54	125,81	188,51	4,2	22,3	42,8	0,73	0,19	0	18,00
	Напиток из шипов- ника	200	0,20	0,00	0,10	0,00	15,00	84,00	10,72	4,5	0	0,4	0	0	0	0,01	0	10,00
7/1	Хлеб витаминизиро- ванный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшенич- ный витаминизиро- ванный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,37
	Итого за прием	840,00	27,74	10,64	27,61	6,38	114,03	830,04	137,83	189,39	427,34	8,84	61,63	531,67	3,96	0,52	9,52	130,37

	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 102,5 р.																	
62/3	Омлет с сыром	180/5	12,00	11,00	21,40	0,00	1,67	246,99	52,91	11,34	131,52	1,5	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	77,00
	Шанежка с картофе- лем	75	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	16,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизиро- ванный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00

	УСИЛЕННЫЙ ПОЛ-ДНИК 102,5 р.																	
2/9	Бигус с курицей	200	101,09	12,16	12,58	13,12	0,04	2,07	124,95	13,96	11,62	103,61	1,03	12,72	63,18	0,42	8,73	60,00
	Нектар фруктовый раз-ливной	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	13,00
5/13	Яблоко свежее	150	0,68	0,68	0,68	0,68	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	25,00
7/1	Хлеб витаминизирован-ный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,50
	Итого за прием	600	28,14	20,21	13,08	6,64	78,82	567,54	64,36	98,58	195,74	7,03	29,42	462,29	3,5	0,3	19,69	102,50

МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ

1-4 классы

№	Наименование блюда	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Уг-лево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 92,88 р.																	
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	90	7,34	4,00	9,50	3,35	8,08	143,00	26,81	17,97	92,73	1,32	6,65	28,56	1,75	0,034	3,53	62,00
60/2	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	23,00	191,20	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	23,00
15/10	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизирован-ный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	480	16,07	4,09	16,26	5,74	70,15	491,90	44,84	58,99	216,82	3,34	38,38	64,14	3,32	0,21	3,53	92,88
	ОБЕД 115,72 р. р																	Цена
	Помидор свежий	50	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	10,00
10/2	Рассольник "Ленинград-ский" со сметаной 250/10	260	3,42	0,26	9,86	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	20,00
4/8	Плов из мяса свинины	200	16,65	10,31	11,62	6,98	24,65	249,35	21,56	44,69	246,87	3,12	0	195,65	3,54	0,08	0,46	71,00
2/10	Компот из смеси сухо-фруктов	200	0,16	0,00	0,12	0,12	28,07	151,30	8,32	4,8	6,4	1	0	0,8	0,06	0,01	2	10,00
7/1	Хлеб витаминизирован-ный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00

7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,72
	Итого за прием	760	24,16	10,69	23,82	15,21	101,92	723,12	73,72	99,59	410,65	7,35	10,86	426,81	8,18	0,41	9,44	115,72
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛ-ДНИК 92,88 р.																	
99	Каша "Дружба" молочная с маслом	200\10	9,12	3,23	8,11	2,17	33,10	224,30	211,9	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	25,00
	Кисель	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	10,00
	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	35,00
	Шанежка с картофелем	75	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	18,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	735	20,43	7,24	15,09	5,14	99,15	563,95	384,01	73,65	200,87	123,65	32,86	47,15	26,51	1,26	2,79	92,88

5-11 классы																		
№	Наименование блюда	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Уг-лево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 102,5 р																	
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	100	9,30	7,61	10,52	3,35	8,75	154,00	26,81	17,97	92,73	1,32	6,65	28,56	1,75	0,034	3,53	66,00
60/2	Пюре картофельное	180	5,10	0,03	6,10	0,62	37,47	237,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	28,00
15/10	Чай с лимоном	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,50
	Итого за прием	550	18,74	7,70	18,41	5,74	81,29	564,68	44,84	58,99	216,82	3,34	38,38	64,14	3,32	0,21	3,53	102,50
	ОБЕД 130,37 р																	Цена
	Помидор свежий	60	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	15,00
4/8	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260	3,42	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	20,00
20/10	Плов из мяса свинины	220	19,87	11,00	19,20	7,85	34,65	376,00	24,26	50,28	277,73	3,51	0	220,11	3,98	0,09	0,51	79,00
2/10	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,00	0,12	0,12	28,07	111,29	8,32	4,8	6,4	1	0	0,8	0,06	0,01	2	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,37

	ОБЕД 130,37 р																
7/2	Щи из свежей капу- сты со сметаной 250/10	260	2,01	0,26	6,59	5,41	8,77	106,83	38,51	19,77	46,76	0,69	9,36	1266,3	279,14	2,49	0,05
11/7	Котлета Пожарская	100	15,50	14,90	13,45	4,15	5,10	211,00	47,04	24,64	154,71	0,62	30	3,84	30,72	2,83	0,14
2/3	Картофель отварной	180	5,80	1,90	5,90	0,80	63,90	297,50	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0
7/1	Хлеб витаминизи- рованный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06
7/2	Хлеб ржано- пше- ничный витамини- зированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08
	Итого за прием	810	27,59	17,12	27,73	12,13	116,78	807,62	178,43	102,97	385,01	4,29	65,31	1314,12	344,10	6,84	0,52
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 102,5 р.																
62/3	Омлет натуральный	180/5	12,00	11,00	21,40	0,00	1,67	246,99	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	52,4	221,17	0,55	0,05
	Ватрушка с твoro- гом	75	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	47,86	134,39	0,68	0,03
6/2	Кисель витаминизи- рованный	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14
7/1	Хлеб витаминизи- рованный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06
7/2	Хлеб ржано- пше- ничный витамини- зированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08
	Итого за прием	555	22,02	14,67	36,34	2,06	87,12	665,85	204,60	40,85	242,68	3,39	131,59	100,50	356,86	2,54	0,36
	Содержание, % от калорийности		19,00		24,00		56,00										

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ

1-4 классы

№			Белки, г	Жиры, г			Минеральные элементы (мг)		Витамины	Цена
---	--	--	----------	---------	--	--	---------------------------	--	----------	------

	Наименование блюда	Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
	ЗАВТРАК 92,88 р.																	
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200\10	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	23,00
-	Масло сливочное порционно	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	10,00
	Сыр порционно	15	4,60	0,00	4,00	0,00	0,41	78,00	80,00	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	20,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон витаминизированный	50	1,54	0,00	0,60	0,60	10,02	54,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржанопшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
15/2	Яблоко свежее	160	0,55	0,55	0,55	0,05	0,70	50,11	151	8,3	88	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	28,00
	Итого за прием	685	15,43	4,22	16,34	3,35	70,30	492,79	459,55	74,42	193,30	147,11	34,11	57,25	38,36	2,18	3,48	92,88
	ОБЕД 115,72 р. р																	Цена
19/2	Суп картофельный с горохом	250	5,05	0,00	4,95	3,00	17,80	143,67	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	15,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00
11/8	Гуляш из мяса свинины	100	7,84	9,56	8,90	0,04	12,76	98,00	12,77	23,12	185,1	2,67	18,31	31,62	0,52	0,05	0,56	65,00
60/2	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	29,00	219,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	23,00
6/2	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	7,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00

7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,72
	Итого за прием	750	22,35	9,72	21,02	5,37	98,70	662,47	163,19	103,01	402,40	6,39	50,09	269,10	4,54	0,54	10,20	115,72
	УСИЛЕН-НЫЙ ПОЛ-ДНИК 92,88 р.																	
925	Филе куриное запечённое с помидоркой	90	11,12	11,12	10,13	1,98	1,31	176,66	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0,41	0,11	0	71,00
60/3	Рис припу-щенный	150	3,05	0,03	3,97	0,50	30,90	177,11	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	13,00
15/10	Чай с лимо-ном	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	5,00
7/1	Хлеб витами-низирован-ный	20	3,00	0,00	1,10	1,10	19,50	7,00	8,7	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизи-рованный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	480	18,43	11,21	15,79	4,15	70,74	447,17	46,49	56,32	237,62	3,49	31,73	35,58	1,98	0,29	0,00	92,88

5-11 классы																		
	ЗАВТРАК 102,5 р																	
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200\10	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	23,00
-	Масло сли-вочное пор-ционнo	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	10,00
	Сыр порци-онно	20	7,20	0,00	6,12	0,00	1,00	90,04	80,00	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	23,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон вита-минизирован-ный	60	1,54	0,00	0,60	0,60	10,02	54,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	8,00

7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,50
15/2	Яблоко свежее	200	0,55	0,55	0,55	0,05	7,60	89,50	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	32,00
	Итого за прием	730	18,03	4,22	18,46	3,35	77,79	544,22	332,55	79,62	121,80	150,30	2,61	29,05	38,60	2,23	18,37	102,50
	ОБЕД 130,37 р																	Цена
19/2	Суп картофельный с горохом	250	5,05	0,00	4,95	5,63	17,80	143,67	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	15,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00
11/8	Гуляш из мяса свинины	110	22,84	20,84	13,08	0,06	4,14	225,64	19,16	34,68	277,65	4,01	27,46	47,42	0,78	0,07	0,84	71,00
60/2	Пюре картофельное	180	4,39	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	28,00
6/2	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	7,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,37
	Итого за прием	830	37,35	21,00	25,95	8,02	105,61	826,20	169,58	114,57	494,95	7,73	59,24	284,90	4,80	0,56	10,48	130,37
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 102,5 р																	
925	Филе куриное запечённое с помидоркой	100	12,18	12,18	11,43	2,13	2,18	189,95	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0,41	0,11	0	79,00
60/3	Рис припущенный	180	3,66	0,03	4,76	0,52	37,11	212,57	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	15,00
15/10	Чай с лимоном	200/5	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	5,00

7/1	Хлеб витами- низирован- ный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано- пшеничный витаминологи- зованный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,50
	Итого за прием	525	20,18	12,27	17,98	4,42	78,36	596,73	46,59	56,32	237,62	3,49	31,73	35,58	1,98	0,29	0,00	102,50

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ

1-4 классы

№	Наименование блюда	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Уг- лево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 92,88 р.																	
31	Котлета "Домашняя" сви- нина/говядина	90	9,89	7,00	10,93	9,00	9,00	121,11	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	68,00
57/3	Макаронные изделия от- варные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	20,75	191,21	12,82	7,29	40,56	0,74	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,41	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	5,00
7/1	Хлеб витаминизирован- ный	40	3,08	3,08	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминологи- зованный	20	0,85	0,85	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	500	15,54	11,38	16,49	11,43	68,82	470,03	59,75	49,93	284,92	5,09	67,65	125,84	2,92	0,27	1,16	92,88
	ОБЕД 115,72 р.																	Цена
10/2	Рассольник "Ленинград- ский" со сметаной	250/10	3,42	3,00	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	20,00
	Кнели куриные (филе)	90	9,99	9,10	11,12	1,16	11,65	189,19	34,56	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	63,00
16/4	Каша гречневая вязкая	150	9,28	5,00	6,70	2,74	19,14	173,98	29,3	125,81	188,51	4,23	22,3	42,8	0,73	0,19	0	16,00
	Нектар фруктовый раз- ливной	200	0,20	0,20	0,10	0,00	24,03	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	12,00
7/1	Хлеб витаминизирован- ный	30	3,08	3,08	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминологи- зованный	20	0,85	0,85	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,72

	Итого за прием	840	26,82	21,23	26,71	11,54	102,74	777,67	114,31	195,72	434,06	8,62	47,98	400,38	5,67	0,48	7,41	115,72
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛ-ДНИК 92,88 р.																	
62/3	Омлет натуральный	150/5	9,60	8,60	14,11	0,00	12,34	197,59	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	63,00
5/12	Ватрушка с творогом	75	2,61	2,00	3,85	6,14	21,60	142,30	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	49,04	3,12	0,06	0,13	19,00
6/2	Кисель витаминизиро-ванный	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	7,00
7/1	Хлеб витаминизирован-ный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	500	16,14	10,66	19,67	7,81	66,39	468,24	234,56	46,54	296,62	3,71	115,38	271,51	4,98	0,39	5,22	92,88

5-11 классы

№	Наименование блюда	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Уг-лево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
	ЗАВТРАК 102,5 р.																	
31	Котлета "Домашняя" сви-нина/говядина	100	11,13	9,00	12,87	5,00	11,98	136,56	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	69,00
57/3	Макаронные изделия от-варные	180	2,37	0,05	4,53	0,80	25,87	229,45	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	27	0,98	0,08	0	16,00
	Напиток из шиповника	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	10,00
7/1	Хлеб витаминизирован-ный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,50
	Итого за прием	560	17,84	9,11	19,19	7,57	76,92	560,23	62,32	51,39	293,03	5,24	70,05	130,34	3,08	0,29	1,16	102,50
	ОБЕД 130,37 р.																	Цена
10/2	Рассольник "Ленинград-ский" со сметаной 250\10	260	3,42	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	20,00
	Огурец свежий	40	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	10,00
	Кнели куринные (филе)	100	10,30	10,30	12,10	1,16	19,30	189,19	38,1	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	66,00
16/4	Каша гречневая вязкая	180	10,30	0,05	8,20	3,00	22,90	273,13	33,2	125,81	188,51	4,23	22,3	42,8	0,73	0,19	0	18,00
	Нектар фруктовый раз-ливной	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	11,00
7/1	Хлеб витаминизирован-ный	30	3,40	0,00	1,30	1,30	25,08	107,81	9,1	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00

	Суп - лапша с курицей	275	2,19	0,03	2,04	0,47	15,18	128,84	17,83	22,14	57,69	0,89	17,7	249,9	0,37	0,09	7,4	28,00
	Котлета куринная (кура)	90	9,10	3,00	10,74	3,74	4,62	151,77	47,04	24,64	154,71	0,62	30	30,72	2,83	0,14	0,89	61,00
3/3	Капуста тушеная	150	2,03	0,83	5,11	0,62	14,23	145,00	47,21	34,31	101,15	1,27	17,64	37,56	0,21	0,14	12,45	15,00
	Кисель	200	0,68	0,00	0,28	0,28	24,63	111,49	12,45	3,4	3,4	0,65	0	163,4	0,76	0,01	200	7,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,72
	Итого за прием	815	17,93	3,92	19,88	6,78	83,98	674,88	137,44	100,33	366,18	4,89	66,09	482,88	5,48	0,52	220,74	115,72
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 92,88 р																	
	Пудинг творожный со сгущёным молоком	150/25	11,28	11,28	10,27	0,11	15,55	215,99	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	78,00
16/10	Чай с молоком	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	435	16,93	12,79	13,47	1,88	56,70	398,17	194,04	42,51	259,22	2,15	72,13	87,65	1,69	0,19	0,47	92,88

5-11 классы																		
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 102,5 р																	
	Огурец солёный	20	0,54	0,00	0,00	0,10	2,50	10,80	1,00	2,10	2,00	1,20	4,20	3,00	0,60	2,10	12,00	10,00
	Плов из мяса свинины	220	8,00	6,00	11,00	7,70	37,00	276,00	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	71,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,50
	Масло сливочное порционно	10	6,00	0,00	6,12	0,00	1,00	90,04	80,00	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	10,00
	Итого за прием	520	18,82	6,06	18,91	9,57	79,51	569,13	222,24	46,77	312,07	3,42	101,83	115,35	2,35	2,28	12,32	102,50
	ОБЕД 130,37 р																	Цена
	Суп-лапша с курицей	275	2,77	0,03	4,04	0,47	18,99	128,84	17,83	22,14	57,69	0,89	17,7	249,9	0,37	0,09	7,4	28,00

	Котлета куриная (кура)	100	10,00	5,00	12,00	3,74	4,62	187,00	47,04	24,64	154,71	0,62	30	30,72	2,83	0,14	0,89	63,00
3/3	Капуста тушеная	180	3,67	0,83	5,13	0,62	24,05	191,00	47,21	34,31	101,15	1,27	17,64	37,56	0,21	0,14	12,45	17,00
20/10	Кисель	200	0,68	0,00	0,28	0,28	24,63	111,49	12,45	3,4	3,4	0,65	0	163,4	0,76	0,01	200	7,00
	Булочка "Домашняя"	50	6,09	3,61	4,80	0,39	21,50	60,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	134,39	0,68	0,03	0,08	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,37
	Итого за прием	890	27,14	9,53	27,96	7,17	119,11	816,11	177,22	108,52	428,11	5,34	109,99	617,27	6,16	0,55	220,82	130,37
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 102,5 р.																	
	Пудинг творожный со сгущёным молоком	190/25	18,41	17,43	12,33	0,13	16,26	253,58	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	87,00
16/10	Чай с молоком	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,50
	Итого за прием	475	24,06	18,94	15,53	1,90	57,41	472,27	194,04	42,51	259,22	2,15	72,13	87,65	1,69	0,19	0,47	102,50

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 92,88 р																	
62/3	Омлет натуральный	150/5	9,60	8,60	14,11	0,00	1,34	197,59	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	64,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00

пром.	Чоко пай	30	5,70	1,20	5,80	5,80	37,00	228,00	27	3	74	0,6	14	17	3,12	0,06	0,1	20,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	505	19,58	9,86	21,70	7,57	77,35	581,37	93,22	30,18	254,75	3,58	101,64	239,47	4,98	0,25	0,15	92,88
	ОБЕД 115,72 р																	Цена
5/2	Борщ со свежей капустой со сметаной 250/10	260	2,12	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	37,64	35,99	53,43	2,41	9,37	232,65	2,52	0,04	6,24	18,00
9/6	Огурец соленый	25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,03	3,98	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3	10,00
4/8	Жаркое по домашнему	200	16,83	11,95	19,13	0,61	41,84	500,09	19,57	54,69	217,12	2,16	31,86	423,27	0,82	0,36	2,19	72,00
	Компот из чернослива	200	0,33	0,00	0,00	0,00	28,17	109,63	2,83	0,72	1,33	0,07	0	0,14	0,01	0	1,11	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,72
	Итого за прием	745	23,21	12,36	27,44	7,68	111,30	874,81	165,05	117,44	386,81	6,16	54,58	671,46	4,72	0,56	9,84	115,72

	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 92,88 р.																	
1122	Фрикадельки куриные из мяса птицы	90	16,55	16,55	11,32	0,00	11,12	191,23	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	62,00
16/4	Каша гречневая вязкая	150	9,28	0,03	6,70	2,74	19,14	173,98	13,54	125,81	188,51	4,23	22,3	42,8	0,73	0,19	0	14,00
	Нектар фруктовый разливной	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	12,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	505	29,96	16,64	19,83	4,41	74,58	567,97	70,79	172,95	432,87	8,91	77,95	146,14	2,83	0,41	1,16	92,88

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	

[illegible]

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 92,88 р																	
63/1	Суфле"Рыбка"	90	9,85	9,00	8,90	0,10	6,43	176,92	24,64	18,64	118,96	0,57	56,72	110,1	0,93	0,08	0,53	60,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	2,77	0,66	28,00	157,00	12,82	7,29	40,56	0,74	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00
	Какао с молоком	200	0,41	0,00	0,08	0,01	10,40	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржанопшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	500	15,50	9,10	13,46	2,44	70,15	491,62	50,77	41,77	208,75	2,81	69,47	133,90	3,06	0,28	0,53	92,88
	ОБЕД 115,72 р																	
15/2	Суп из разных овощей со сметаной 250/10	260	2,07	0,27	6,19	5,47	5,56	90,00	28,1	20,24	51,89	0,72	6,24	225,21	2,47	0,07	8,86	18,00
	Котлета "Домашняя"	90	12,58	9,22	11,12	1,16	11,65	189,19	30,59	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,037	0,425	64,00
60/3	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	41,56	202,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	23,00
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	0,16	0,16	16,00	90,00	7,12	3,6	4,4	0,95	0	2	0,08	0,01	4	7,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржанопшеничный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,72

	витаминизи- рованный																	
	Итого за прием	740	23,13	9,58	24,15	9,08	100,09	708,97	83,44	82,81	283,7 8	5,10	53,54	391,31	5,11	0,30	13,2 9	115,72

	УСИЛЕН- НЫЙ ПОЛ- ДНИК 92,88 р.																	
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200\10	6,11	3,23	7,69	2,13	33,12	236,90	213,9 4	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	23,00
15\3	Масло сли- вочное порци- онно	10	0,02	0,02	3,00	0,00	0,02	0,90	95	7	80	0,09	39,6	39,8	0,06	0	0,06	10,00
	Сыр порци- онно	15	4,39	0,03	4,97	0,62	41,56	202,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	20,00
14/1 0	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	30,00
7/1	Хлеб витами- низированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано- пшеничный витаминизи- рованный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,88
	Итого за прием	610	18,75	7,29	21,44	4,52	113,71	648,17	476,9 7	92,63	321,7 3	123,46	103,4 4	121,23	26,15	1,24	2,85	92,88

5-11 классы																		
№	Наименова- ние блюда	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		УГ- лево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всег о	в т.ч. жив.	всег о	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мк г	ТЭ,м г	В1,м г	C,мг	
	ЗАВТРАК 102,5 р																	
63/1	Суфле"Рыбка "	100	10,10	9,00	10,10	0,10	8,00	181,00	24,64	18,64	118,9 6	0,57	56,72	110,1	0,93	0,08	0,53	65,00
57/3	Макаронные изделия от- варные	180	4,44	0,05	4,20	0,80	31,00	171,00	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	27	0,98	0,08	0	16,00
	Какао с моло- ком	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	14,00

7/1	Хлеб витами- низированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано- пшеничный витаминологи- зованный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,50
	Итого за прием	550	18,88	9,11	16,09	2,67	78,07	546,21	53,34	43,23	216,8 6	2,96	71,87	138,40	3,22	0,30	0,53	101,50
	ОБЕД 130,37 р																	Цена
15/2	Суп из разных овощей со сметаной	250/10	2,07	0,27	6,19	5,47	5,56	90,00	28,1	20,24	51,89	0,72	6,24	225,21	2,47	0,07	8,86	18,00
	Огурец све- жий	60	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	15,00
	Котлета "До- машняя"	100	16,10	9,22	13,00	1,16	11,65	191,00	30,59	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,037	0,42 5	57,00
60/3	Пюре карто- фельное	180	5,20	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	28,00
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	0,16	0,16	27,87	113,56	7,12	3,6	4,4	0,95	0	2	0,08	0,01	4	7,00
7/1	Хлеб витами- низированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано- пшеничный витаминологи- зованный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,37
	Итого за прием	904	27,46	9,64	27,29	9,55	120,21	817,41	87,55	85,45	299,0 1	5,76	54,29	392,61	5,74	0,38	13,2 9	130,37
	УСИЛЕН- НЫЙ ПОЛ- ДНИК 102,5 р																	
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200\10	97,91	8,52	7,70	4,64	1,70	8,24	213,9 4	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	23,00
5/13	Сыр порци- онно	20	10,10	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	25,00
15\3	Масло сли- вочное порци- онно	15	0,02	0,02	3,00	0,00	0,02	0,90	95	7	80	0,09	39,6	39,8	0,06	0	0,06	15,00

[illegible]