

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Исакова Г.Ф.

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (2-х недельное)

Категория питающихся с 12 лет и старше

Сезон Осень-зима

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
КП27004	Каша "Дружба" молочная	200	12/16/46/374	КП27024	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	10/11/26/243
КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27108	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	100	4/11/13/171
КП27118	Бутерброд с повидлом(50/10)	60	3/0/32/144	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
КП27017	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/36	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		560	15/16/93/579	Завтрак ИТОГО		550	18/23/64/557
Понедельник ИТОГО			15/16/93/579	Понедельник ИТОГО			18/23/64/557
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
КП27018	Картофельное пюре	200	6/10/48/306	КП27025	Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/178
КП27073	Фрикадельки куриные с подливом овощным	100	7/7/12/135	КП27078	Котлеты куриные с соусом томатным	100	11/8/17/181
КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
				КП27056	Печенье в ассортименте для детского питания	40	2/7/25/171
Завтрак ИТОГО		550	17/18/85/584	Завтрак ИТОГО		570	23/22/92/673
Вторник ИТОГО			17/18/85/584	Вторник ИТОГО			23/22/92/673
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
КП27020	Каша рисовая молочная	240	8/12/35/281	КП27004	Каша "Дружба" молочная	210	13/17/48/393
КП26129	Слойка с творогом	60	5/10/24/210	КП27028	Сырники из творога с яблочным соусом	90	10/3/17/136
КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		550	17/23/84/634	Завтрак ИТОГО		550	27/21/90/672
Среда ИТОГО			17/23/84/634	Среда ИТОГО			27/21/90/672
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП27021	Макароны отварные с маслом	200	5/8/36/238	КП27114	Борщ с капустой и картофелем	250	3/5/19/135
КП27074	Котлеты мясные с соусом томатным	100	9/11/28/246	КП26125	Самса детская	60	7/14/18/224
КП27023	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/40	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		550	18/20/93/642	Завтрак ИТОГО		560	14/20/62/502
Четверг ИТОГО			18/20/93/642	Четверг ИТОГО			14/20/62/502
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП27002	Каша "Артек" молочная	240	7/8/37/242	КП27031	Каша пшеничная молочная жидкая	240	10/11/34/270
КП26125	Самса детская	60	7/14/18/224	КП26124	Слойка с фруктовой начинкой	60	3/9/33/225
КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118

СОГЛАСОВАНО:

директор общеобразовательного
образования

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Исакова Г.Ф.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: с 12 лет и старше

Сезон Осень-зима

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Обед				Обед			
КП27064	Рассольник овощной	250	9/10/19/200	КП27069	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9/10/19/204
КП27021	Макароны отварные с маслом	180	5/7/32/214	КП27021	Макароны отварные с маслом	180	5/7/32/214
КП27074	Котлеты мясные с соусом томатным	100	9/11/28/246	КП27074	Котлеты мясные с соусом томатным	100	9/11/28/246
КП27075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/116	КП27076	Компот яблочный	200	0/0/18/72
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119	ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119
Обед ИТОГО		830	32/30/147/1013	Обед ИТОГО		830	31/30/137/973
Понедельник ИТОГО			32/30/147/1013	Понедельник ИТОГО			31/30/137/973
Вторник				Вторник			
Обед				Обед			
КП27108	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	100	4/11/13/171	КП27077	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	100	4/7/22/162
КП27015	Суп картофельный с горохом	250	12/10/19/214	КП27115	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4/10/28/214
КП27024	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	180	9/10/23/219	КП27068	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	180	7/8/25/200
КП27076	Компот яблочный	200	0/0/18/72	КП27075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/116
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119	ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119
Обед ИТОГО		830	33/33/113/913	Обед ИТОГО		830	24/27/143/929
Вторник ИТОГО			33/33/113/913	Вторник ИТОГО			24/27/143/929
Среда				Среда			
Обед				Обед			
КП27065	Суп-лапша домашняя	250	6/10/36/260	КП27065	Суп-лапша домашняя	250	6/10/36/260
КП27025	Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/178	КП27018	Картофельное пюре	180	5/9/43/275
КП27073	Фрикадельки куриные с подливом овощным	100	7/7/12/135	КП27078	Котлеты куриные с соусом томатным	100	11/8/17/181
ДГ27028	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0/0/8/32	КП27076	Компот яблочный	200	0/0/18/72
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119	ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119
Обед ИТОГО		830	27/25/121/842	Обед ИТОГО		830	30/29/154/1025
Среда ИТОГО			27/25/121/842	Среда ИТОГО			30/29/154/1025
Четверг				Четверг			
Обед				Обед			
КП27066	Уха по-царски	250	5/10/9/152	КП27071	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	10/11/32/264
КП27067	Рагу из овощей	190	8/14/23/247	КП27025	Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/178
КП26125	Самса детская	60	7/14/18/224	КП27073	Фрикадельки куриные с подливом овощным	100	7/7/12/135

КП27076	Компот яблочный	200	0/0/18/72	ДГ27028	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0/0/8/32
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119	ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119
Обед ИТОГО		800	28/40/108/932	Обед ИТОГО		830	31/26/117/846
Четверг ИТОГО			28/40/108/932	Четверг ИТОГО			31/26/117/846
Пятница				Пятница			
Обед				Обед			
КП27114	Борщ с капустой и картофелем	250	3/5/19/135	КП27108	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	100	4/11/13/171
КП27068	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	210	8/9/29/233	КП27072	Суп картофельный с вермишелью	250	4/7/29/192
КП27075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/116	КП27024	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	180	9/10/23/219
ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118	КП27076	Компот яблочный	200	0/0/18/72
ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119	ХЛЕБПШН	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
КП27056	Печенье в ассортименте для детского питания	40	2/7/25/171	ХЛЕБРЖ	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/21/119
Обед ИТОГО		800	22/23/141/892	Обед ИТОГО		830	25/30/123/891
Пятница ИТОГО			22/23/141/892	Пятница ИТОГО			25/30/123/891