

Согласовано:

Директор

12604, Александровская СОШ №2
 Наименование учреждения
 Александровского муниципального района
 Наименование района
 Подпись: [подпись] Ф.И.О. [Иванова И.Р.]

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ
 Понедельник (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из моркови с яблоками	60	0,594	1,1	6,19	37,036
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Котлета из птицы с соусом	80/20	9,9	12,11	6,58	174,91
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	20,084	20,66	79,71	584,606

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из моркови с яблоками	100	0,99	2,93	8,99	66,29
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Котлета из птицы с соусом	90/20	11,1	12,11	8,9	188,99
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	23,01	24,12	95,89	692,17
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	68,40				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из свежих огурцов	60	0,73	4,05	1,43	45,09
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	172,6
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Тефтели с соусом	80/20	11	8,7	29,8	241,5
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	25,64	28,16	120,91	838,76

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из свежих огурцов	100	0,76	7,45	2,07	78,37
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	172,6
Картофельное пюре	180	6,2	5,3	45,5	254,5
Тефтели с соусом	90/20	12,4	8,7	33,5	261,9
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	30,43	30,63	140,75	958,95

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 9,60

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

[подпись]
 [подпись] Зиганшина И.А.

Согласовано:

Директор

МБОУ "Алексеевская СОШ №2"

Наименование учреждения

Алексеевского муниципального района

Наименование района

Подпись

Ф.И.О.

Мурза И.Р.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ Вторник (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	14,23	13	46,9	361,52
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	19,35	20,085	85,4	599,3

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	100	1,62	8	10,75	121,48
Жаркое по-домашнему (из говядины)	230	15,9	13	54	396,6
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,48	22,035	97,45	673,57
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	68,40				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	60	0,74	6,05	5,1	77,8
Суп картофельный с клецками с курицей и сметаной	225/15/10	6,1	9,4	18,4	182,6
Рис отварной	150	3,7	6,3	37,2	220,6
Рыба, тушенная в томате с овощами	90/30	10,45	5,9	11	138,9
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	25,64	28,95	111,7	810,2

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	100	1,17	7,8	10,47	116,76
Суп картофельный с клецками с курицей и сметаной	225/15/10	6,1	9,4	18,4	182,6
Рис отварной	180	4,5	7,9	45,1	269,3
Рыба, тушенная в томате с овощами	100/30	13,7	6,1	13,5	163,7
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	30,12	32,5	127,47	922,66

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 9,60

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Заманина Л.А.

Согласовано:

Директор:

И.В.И. Алексеевская СОШ №2
 Наименование учреждения
 Алексеевского муниципального района
 Подпись: И.В.И. Алексеевская
 Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.
 И.В.И. Алексеевская СОШ №2
 Наименование учреждения
 Алексеевского муниципального района
 Подпись: Турнина А. А.
 Ф.И.О.

МЕНЮ

Среда (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	60	0,86	6,1	5,84	81,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Птица, тушенная в сметанном соусе	50/50	7,1	5,6	3,17	91,48
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	19,7	20,69	81,01	589,05

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	100	1,45	7,7	9,78	114,22
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	9,4	40,5	279,6
Птица, тушенная в сметанном соусе	50/50	7,1	5,6	3,17	91,48
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,69	24,09	91,85	670,77
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	68,40				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Плов из говядины	200	14,6	13,5	40,2	340,7
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	27,36	29,02	111,6	817,89

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	100	1,62	8	10,75	137,88
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Плов из говядины	230	17,5	14,1	51,3	402,1
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	30,72	31,6	127,65	934,88

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 9,60

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

И.В.И. Алексеевская СОШ №2
 Наименование учреждения
 Алексеевского муниципального района
 Подпись: И.В.И. Алексеевская
 Ф.И.О.

Согласовано:

Директор

11504, Алексеевская СОШ №2
 Наименование учреждения
 Алексеевский муниципальный район
 Наименование района
 Подпись: *И. Р.* Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСНК "Эдем"

Турнина А. А.
 СПОСНК "ЭДЕМ"
 ИНН 1605000409

МЕНЮ

Пятница (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	1,1	0,76	9,8	50,44
Рис отварной	150	3,7	6,3	37,2	220,6
Котлета из говядины с соусом	80/20	10,1	12,6	11,8	201
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	9,4	54,89
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	18,76	20,695	86,5	607,69

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	1,1	0,76	9,8	50,44
Рис отварной	180	4,5	7,9	45,1	269,3
Котлета из говядины с соусом	90/20	12,3	13,4	13,3	223
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	9,4	54,89
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,76	23,095	95,9	678,39
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)					
	68,40				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из отварной свеклы	60	0,63	6,05	5,27	78,05
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	175,77
Рагу овощное с говядиной	210	15,9	12,8	51,4	384,4
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	28,28	26,48	119,27	828,52

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из отварной свеклы	100	1,44	10,08	8,73	131,47
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	200
Рагу овощное с говядиной	230	17,2	13,8	59,9	432,6
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	30,39	31,51	131,23	954,37

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 9,60

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Старший повар:

Зиганшина Л. А.

Согласовано:

Директор

И.Б.О.У. Алексеевская АИИ №2
 Наименование учреждения
Алексеевского муниципального района
 Наименование района
И.Р.
 Подпись Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ
 Суббота (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	40	1,4	6,04	13,3	113,16
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Рыба, запеченная в сметанном соусе	90/30	11,8	7,03	10,9	154,07
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	20,2	20,42	87,8	615,78

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	40	1,4	6,04	13,3	113,16
Картофельное пюре	180	4,1	8,8	41,8	262,8
Рыба, запеченная в сметанном соусе	90/30	11,8	7,03	10,9	154,07
Хлеб пшеничный	30	2,51	0,81	9,4	54,89
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,37	22,99	94,6	670,75
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	68,40				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы соленные	60	0,32	0,04	0,68	4,36
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	135,4
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,9	5,8	37,9	232,3
Птица, тушеная в соусе с овощами	80/30	10,29	13,2	20,2	240,76
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	27,93	28,07	111,58	811,51

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы соленные	100	0,8	0,1	1,7	10,9
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	135,4
Каша пшеничная рассыпчатая	180	8,3	7,4	45,5	282,7
Птица, тушеная в соусе с овощами	90/30	11,57	14,85	22,72	270,81
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	31,77	31,65	127,52	923,41

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 9,60

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Старший повар:

Зигашина Л.А.