

Согласовано:

Директор

МБОУ

Наименование учреждения

Наименование района

Ф.И.О.

Подпись

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 припущенной 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 припущенной 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:

Согласовано:

Директор

наименование учреждения
наименование района
Подпись
Ф.И.О.

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	
Огурцы свежие порционно с маслом	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	
Огурцы свежие порционно с маслом	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 припущенной 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, тушеная 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 припущенной 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, тушеная 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:

Согласовано:

Директор

Наименование учреждения

Наименование района

Подпись

Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

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	
Огурцы свежие порционно с маслом	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	
Огурцы свежие порционно с маслом	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:

Согласовано:

Директор

МБОУ Алексеевская
нач. общед. школы №4
Смирнов *Светлана Т.Н.*
Подпись Ф.И.О.

Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ

Четверг (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
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	200/5/10	7,3	10,39	26,7	229,51
Сосиска в тесте	90	7,1	6,8	25,6	192
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	18,3	18,81	86,5	587,98

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
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	220/5/10	8,9	12,9	29,4	269,3
Сосиска в тесте	90	7,1	6,8	25,6	192
Хлеб пшеничный	50	4,1	1,35	24	124,55
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,4	21,86	98,8	677,59
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 картофельный с солеными огурцами	60	1,1	5,7	5,13	76,22
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гречками из пшеничного хлеба	235/15	6,99	3,4	24,48	156,48
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
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	27,55	28,78	112,31	815,77

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы
Салат картофельный с солеными огурцами	100	1,6	9	7,3	116,6
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гречками из пшеничного хлеба	235/15	6,99	3,4	24,48	156,48
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Котлета из птицы с соусом	90/20	13,5	12,11	8,9	198,6
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	32,98	33,71	127,86	944,07

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:

Согласовано:

Директор

МБОУ Алексеевская

Наименование учреждения

нач. общешкольного питания

Наименование района

Сунтаулинский Т.М.

Подпись

Ф.И.О.

Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"Турнина А. А.

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:

Согласовано:

Директор

И.П.О.У. Алексеевская
 Наименование учреждения
нач. образовательного учреждения
 Наименование района
Сумарин
 Подпись
Сумарин
 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 соленые	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 соленые	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:

Согласовано:

Директор

МБОУ "Александровская
нах. общеобразов. школа №4"
Синицын С.Н.
Подпись

Наименование учреждения

Наименование района

Ф.И.О.

Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

МЕНЮ

Понедельник (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	4	2,52	0	38,68
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	200/5/10	7,8	8,6	37,9	260,2
Пирожок с повидлом	60	5,2	7,9	20,31	173,14
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	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	20,16	19,83	86,01	603,2

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	4	2,52	0	38,68
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	230/5/10	9,2	10,7	43,2	305,9
Пирожок с повидлом	60	5,2	7,9	20,31	173,14
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	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,56	21,93	91,31	648,9
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	
Винегрет овощной	60	0,86	6,1	5,84	81,8
Суп картофельный с крупой (пшённый) с курицей и сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Жаркое по-домашнему с птицей	200	12,4	12,13	41,2	323,57
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	26,73	28,93	111,61	819,96

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
Суп картофельный с крупой (пшённый) с курицей и сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Жаркое по-домашнему с птицей	230	15,05	13,94	53,03	397,78
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	29,97	32,34	127,38	926,59

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:

Согласовано:

Директор

И.Ю.У. Алексеевская
 Наименование учреждения
кач. общешк. столов
 Наименование района
Сунтар
 Подпись
Ситовицкая Т.М.
 Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.
 СПОСПК
 "ЭДЕМ"
 Т

МЕНЮ
Вторник (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47
Сложный гарнир (картофельное пюре, тушеная капуста)	120/30	4,02	7,9	20	167,18
Кнели куриные с соусом	80/20	11,5	9,6	25	232,4
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	19,88	18,935	87,5	602,07

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47
Сложный гарнир (картофельное пюре, тушеная капуста)	150/30	5,76	11,1	28	234,94
Кнели куриные с соусом	90/20	14,1	9,6	30,2	263,6
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 лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	23,26	21,865	95,9	676,12
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 картофельный с солеными огурцами	60	1,48	6,79	5,13	87,67
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	172,6
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Бефстроганов	50/50	10,3	6,7	18,99	177,46
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
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	28,22	28,89	111,56	819,69

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с солеными огурцами	100	1,6	9	7,3	116,6
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	172,6
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Бефстроганов	55/55	11,3	7,37	21,6	197,93
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
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	30,67	33,4	127,4	933,32

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:

Согласовано:

Директор МБОУ «Алексеевская

нач. образован. учреждения Ситникова Н.И.

Подпись Ситникова Н.И.



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

А.А. Турнина



МЕНЮ
Среда (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие порционно с маслом	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Плов из говядины	200	14,6	13,5	40,2	340,7
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 яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	19,92	20,67	79,6	583,55

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие порционно с маслом	100	1,62	8	10,75	121,48
Плов из говядины	230	17,5	14,1	51,3	402,1
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 яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	23,28	23,22	95,65	684,14
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 припущенной моркови с яблоками	60	0,594	1,1	6,19	37,036
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Пюре гороховое	160	5,46	4,71	42,8	235,43
Котлета из птицы с соусом	80/20	9,9	12,11	6,58	174,91
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
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	25,914	26,88	111,57	792,456

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови с яблоками	100	0,99	2,93	8,99	66,29
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Пюре гороховое	180	6,2	5,3	45,5	254,5
Котлета из птицы с соусом	90/20	13,5	12,11	8,9	198,6
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	32,29	30,69	128,99	921

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:

Согласовано:

Директор



Наименование учреждения

Наименование района

Подпись

Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

МЕНЮ

Четверг (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови	60	0,74	6,05	5,1	77,8
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	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	19,54	20,6	79,67	580,58

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови	100	1,17	7,8	10,47	116,76
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	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,37	24,15	91,54	668,84
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 свеклы с зеленым горошком	60	1	6,06	5,6	80,94
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	175,77
Рис отварной	150	3,7	6,3	37,2	220,6
Фрикадельки в соусе	80/20	10,3	8,28	1,85	123,12
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60,09
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	91,00	26,85	28,28	113,13	812,05

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	2	8,8	9,66	125,84
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	200
Рис отварной	180	4,5	7,9	45,1	269,3
Фрикадельки в соусе	90/30	11,58	9,31	4,3	147,31
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60,09
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	29,93	33,65	127,54	954,07

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: _____

Согласовано:

Директор

Наименование учреждения

Наименование района

Подпись

Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ

Пятница (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	13	11	205,8
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 лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	20,07	20,535	83,04	599,95

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	13	11	205,8
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 лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	21,4	22,165	94,1	664,18
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 свежие порционно с маслом	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	135,4
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	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	27,11	28,99	119,7	549

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие порционно с маслом	100	1,62	8	10,75	121,48
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	135,4
Картофельное пюре	180	4,1	8,8	41,8	262,8
Тефтели с соусом	90/20	12,4	8,7	33,5	261,9
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	102,00	30,27	33,8	135,35	967

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:

Согласовано:

Директор

И.В.О.У. Алексеевский

Наименование учреждения

нац. обществ. учреждение

Наименование района

Суданов Сунатдинов Т.А.

Подпись

Ф.И.О.

Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ

Суббота (неделя 2)

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
Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	14,23	13	46,9	361,52
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	18,29	19,95	81,54	578,97

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
Жаркое по-домашнему (из говядины)	230	15,9	13	54	396,6
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	22,19	22,09	102,18	696,29
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 припущенной моркови	60	0,74	6,05	5,1	77,8
Суп картофельный (с крупой) гречневый на мкб со сметаной	225/15/10	7,2	8,9	21,68	195,62
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,9	5,8	37,9	232,3
Рыба, тушенная в томате с овощами	90/30	10,45	5,9	11	138,9
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
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	28,25	27,41	114,38	818,4

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови	100	1,17	7,8	10,47	116,76
Суп картофельный (с крупой) гречневый на мкб со сметаной	225/15/10	7,2	8,9	21,68	195,62
Каша пшеничная рассыпчатая	180	8,3	7,4	45,5	282,7
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/30	10,45	5,9	11	138,9
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
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	30,08	30,76	127,35	907,76

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: _____