

Согласовано:

Директор

*МБОУ СОШ №3 им.**Т.С. Голубикова*

Нижнекамский район

Дзержинский район

Ф.И.О.

Подпись

*Д.Д. Шакирова*

Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

*Туркина А. А.*

Туркина А. А.

Т

## 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
Макаронны 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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>20,084</b>	<b>20,66</b>	<b>79,71</b>	<b>584,606</b>

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
Макаронны 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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>23,01</b>	<b>24,12</b>	<b>95,89</b>	<b>692,17</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>				

## 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 мхб 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>25,64</b>	<b>28,16</b>	<b>120,91</b>	<b>838,76</b>

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 мхб 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>30,43</b>	<b>30,63</b>	<b>140,75</b>	<b>958,95</b>

## 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:

*В.И.Иванова / 10/*

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем" \_\_\_\_\_  
 Туркина 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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>		<b>19,35</b>	<b>20,085</b>	<b>85,4</b>	<b>599,3</b>

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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>		<b>21,48</b>	<b>22,035</b>	<b>97,45</b>	<b>673,57</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>					

**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, 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>		<b>25,64</b>	<b>28,95</b>	<b>111,7</b>	<b>810,2</b>

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, 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>		<b>30,12</b>	<b>32,5</b>	<b>127,47</b>	<b>922,66</b>

**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	7,35	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10		0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

Начальник учреждения \_\_\_\_\_

Заведующий столовой \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

Ф.И.О. \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
Среда (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Винегрет овощной	60	0,86	6,1	5,84	81,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Птица, тушеная 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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>19,7</b>	<b>20,69</b>	<b>81,01</b>	<b>589,05</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Винегрет овощной	100	1,45	7,7	9,78	114,22
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	9,4	40,5	279,6
Птица, тушеная 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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>21,69</b>	<b>24,09</b>	<b>91,85</b>	<b>670,77</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

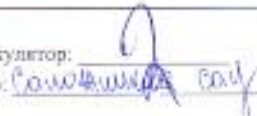
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Огурцы свежие порционно с маслом	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Рассольник Ленинградский на квб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Плов из говядины	200	14,6	13,5	40,2	340,7
Хлеб пшеничный	40	3,28	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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>27,36</b>	<b>29,02</b>	<b>111,6</b>	<b>817,89</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Огурцы свежие порционно с маслом	100	1,62	8	10,75	137,88
Рассольник Ленинградский на квб 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>30,72</b>	<b>31,6</b>	<b>127,65</b>	<b>934,88</b>

**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

Исполнитель: \_\_\_\_\_

Исполнитель: \_\_\_\_\_

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Утверждено:  
Председателем СПОСЦК "Эдем"

Туркина А. А.

**МЕНЮ**  
**Четверг (неделя 1)****ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>18,3</b>	<b>18,81</b>	<b>86,5</b>	<b>587,98</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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	268,3
Сосиска в тесте	90	7,1	6,8	25,6	192
Хлеб пшеничный	30	4,1	1,35	24	124,53
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>21,4</b>	<b>21,86</b>	<b>98,8</b>	<b>677,59</b>
<b>Родительская плата (за минусом скидки 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат картофельный с солеными огурцами	60	1,1	5,7	5,13	76,22
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гренками из пшеничного хлеба	235/15	6,99	3,4	24,48	156,48
Макаронные 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>27,55</b>	<b>28,78</b>	<b>112,31</b>	<b>815,77</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат картофельный с солеными огурцами	100	1,6	9	7,3	136,6
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гренками из пшеничного хлеба	235/15	6,99	3,4	24,48	156,48
Макаронные 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>32,98</b>	<b>33,71</b>	<b>127,86</b>	<b>944,07</b>

**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	142,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

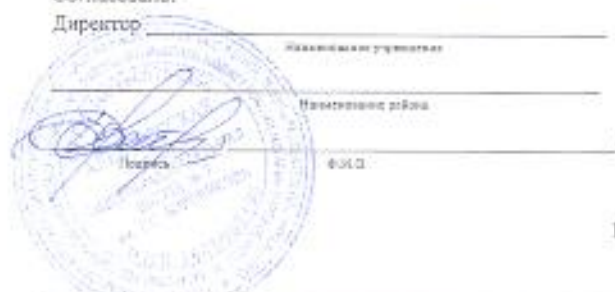
Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_

Старший повар: \_\_\_\_\_

Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор:



Инициалы руководителя

Инициалы подписавшего

Подпись

Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель ЦНОСПК "Эдем"



Турина А. А.

**МЕНЮ**  
Пятница (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Фрукт	100	1,1	0,76	9,8	50,44
Рис отварной	150	3,7	6,3	37,2	220,5
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>18,76</b>	<b>20,695</b>	<b>86,5</b>	<b>607,69</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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	203
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>21,76</b>	<b>23,095</b>	<b>95,9</b>	<b>678,39</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>28,28</b>	<b>26,48</b>	<b>119,27</b>	<b>828,52</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>30,39</b>	<b>31,51</b>	<b>131,23</b>	<b>954,37</b>

**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	140,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	40,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Старший повар:

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

Наименование учреждения \_\_\_\_\_

Полное наименование района \_\_\_\_\_

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем" \_\_\_\_\_

Туркина А. А.

**МЕНЮ**  
Суббота (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Кондитерское изделие	40	1,4	6,04	13,3	113,16
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	202,9
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>20,2</b>	<b>26,42</b>	<b>87,8</b>	<b>665,78</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Кондитерское изделие	40	1,4	6,04	13,3	113,16
Картофельное пюре	180	4,1	8,3	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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>21,37</b>	<b>22,99</b>	<b>94,6</b>	<b>670,75</b>
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Огурцы соленые	60	0,32	0,04	0,58	4,36
Щи из свежей капусты с картофелем на мжб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	105,4
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,9	5,8	37,9	202,3
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	79,73
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>27,93</b>	<b>28,07</b>	<b>111,58</b>	<b>511,51</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Огурцы соленые	100	0,8	0,1	1,7	10,9
Щи из свежей капусты с картофелем на мжб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	105,4
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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>31,77</b>	<b>31,65</b>	<b>127,52</b>	<b>925,41</b>

**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: Самойлова / Сау

Согласовано:

Директор

Наименование учреждения

Наименование района

Ф.И.О.

Утверждаю:  
Председатель СПОСТИК "Эдем"

Туркина А. А.

**МЕНЮ**  
Понедельник (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
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	179,14
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	4,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>20,16</b>	<b>19,83</b>	<b>86,01</b>	<b>603,3</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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	179,14
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	4,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>21,56</b>	<b>21,93</b>	<b>91,31</b>	<b>648,9</b>
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Винегрет овощной	60	0,86	6,1	5,84	88,8
Суп картофельный с крупой (пшениный) 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	328,57
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
<b>Цена обеда / Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>26,73</b>	<b>28,93</b>	<b>111,61</b>	<b>819,96</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Винегрет овощной	100	1,45	7,7	9,78	138,22
Суп картофельный с крупой (пшениный) 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
<b>Цена обеда / Итого за обед</b>	<b>103,00</b>	<b>29,97</b>	<b>32,34</b>	<b>127,38</b>	<b>926,59</b>

**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	7,53	16,62	140,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	4,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Старший повар:

Согласовано:

Директор

Инициалы учреждения

Инициалы района

Ф.И.О.

Утверждаю:

Председателя СПОСПК "Эдем"

Туркина А. А.

**МЕНЮ**  
Вторник (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47
Сложный гарнир (картофельное пюре, тушеная капуста)	120/30	4,02	7,9	20	157,18
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>19,88</b>	<b>18,955</b>	<b>87,5</b>	<b>602,07</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47
Сложный гарнир (картофельное пюре, тушеная капуста)	150/30	5,76	11,1	28	204,94
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>23,26</b>	<b>21,865</b>	<b>95,9</b>	<b>676,12</b>
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат картофельный с соевыми огурцами	60	1,48	6,29	5,13	67,67
Борщ с капустой и картофелем на мжб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	72,6
Макаронь отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	206,57
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
<b>Цена обеда / Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>28,22</b>	<b>28,89</b>	<b>111,56</b>	<b>819,69</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат картофельный с соевыми огурцами	100	1,6	9	7,3	116,6
Борщ с капустой и картофелем на мжб со сметаной	225/15/30	7	8	17,9	72,6
Макаронь 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
<b>Цена обеда / Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>30,67</b>	<b>33,4</b>	<b>127,4</b>	<b>933,32</b>

**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	81,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор

Старший повар

Старший повар

Субсидия / 1000



Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

Назначение уполномоченного

Назначение уполномоченного

Полное наименование

№ ИСО

Утверждено:

Председатель СПОСТИК "Эдем" \_\_\_\_\_

Туркина А. А.

**МЕНЮ**  
Среда (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>19,92</b>	<b>20,67</b>	<b>79,6</b>	<b>583,55</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>23,28</b>	<b>23,22</b>	<b>95,65</b>	<b>684,14</b>
Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>25,914</b>	<b>26,88</b>	<b>111,57</b>	<b>792,456</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>32,29</b>	<b>30,69</b>	<b>128,99</b>	<b>921</b>

**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: \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
 Четверг (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>19,54</b>	<b>20,6</b>	<b>79,67</b>	<b>580,58</b>

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>21,37</b>	<b>24,15</b>	<b>91,54</b>	<b>668,84</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>26,85</b>	<b>28,28</b>	<b>113,13</b>	<b>812,05</b>

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>29,93</b>	<b>33,65</b>	<b>127,54</b>	<b>954,07</b>

**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: \_\_\_\_\_



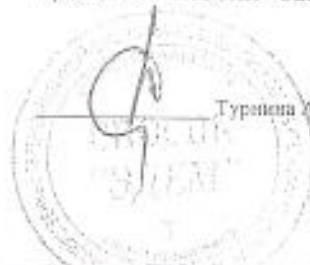
Согласовано:  
Директор

Наименование учреждения

Наименование района

Ф.И.О.

Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турица 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
Макаронны 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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>		<b>20,07</b>	<b>20,535</b>	<b>83,04</b>	<b>599,95</b>

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
Макаронны отварные со сливочным маслом	150		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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>		<b>21,4</b>	<b>22,165</b>	<b>94,1</b>	<b>664,18</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>					

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		1-4 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Огурцы свежие порционными с маслом	60		1,16	6,05	5,8	82,29
Щи из свежей капусты с картофелем на мжб со сметаной	225/15/10		6,5	8	9,3	135,4
Картофельное пюре	150		3,8	6,5	34,8	202,9
Тефтели с соусом	80/20		11	8,7	29,8	240,5
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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>		<b>27,11</b>	<b>28,99</b>	<b>119,7</b>	<b>589</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		5-11 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Огурцы свежие порционными с маслом	100		1,62	8	10,75	124,48
Щи из свежей капусты с картофелем на мжб 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	280,9
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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>		<b>30,27</b>	<b>33,8</b>	<b>135,35</b>	<b>667</b>

**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	150/10		0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Старший повар:

*(Signatures)*

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"



Туркина А. А.

**МЕНЮ**  
 Суббота (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>69,43</b>	<b>18,29</b>	<b>19,95</b>	<b>81,54</b>	<b>578,97</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>22,19</b>	<b>22,09</b>	<b>102,18</b>	<b>696,29</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,60 рублей)</b>	<b>68,40</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат из припущенной моркови	60	0,74	6,05	5,1	77,8
Суп картофельный (с крупой) гречневый на мжб 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>91,00</b>	<b>28,25</b>	<b>27,41</b>	<b>114,38</b>	<b>818,4</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из припущенной моркови	100	1,17	7,8	10,47	116,76
Суп картофельный (с крупой) гречневый на мжб 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, 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
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>102,00</b>	<b>30,08</b>	<b>30,76</b>	<b>127,35</b>	<b>907,76</b>

**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: \_\_\_\_\_