

Директор



ЗАРТРАК

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				

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
Баранина 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 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
Цена обеда/ Итого за обед	102,00	30,43	30,63	140,75	958,95

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: Сай _____

Согласовано
Директор _____



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
Жирное 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 клешками 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 моркови	100	1,17	7,8	10,47	116,76
Суп картофельный с клешками 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: _____

Diskioo

Подпись: _____ ИСЧ-МК "Эдем"

СПОСПК
№ 12/2014

Среда (неделя 1)

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 заготовка / 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 рассычатая	180	8,3	9,4	40,3	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
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				

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 майо 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	0,23	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 кв. 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 обе	102,00	30,72	31,6	127,65	934,88

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 полковник:

Директор

1000



Председатель СРОСТК "Эдем"

Черныш А. А.



Старший повар:

Согласовано:
Директор _____

Полное: _____



Председатель СПОСПК "Эдем" _____

Ирина 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: _____

Согласовано
Директор



Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Буркина 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:

(Handwritten signatures and initials)

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Председатель ПК "Эдем"



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 (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	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 (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
Цена обеда/ Итого за обеа	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:

Согласовано:
Директор _____



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	Обед				Энергетическая ценность (ккал)
	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с соевыми огурцами	60	1,48	6,79	5,13	87,67
Борщ с капустой и картофелем на квас 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 соевыми огурцами	100	1,6	9	7,3	116,6
Борщ с капустой и картофелем на квас 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	931,12

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 9,60

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	30	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____

Согласован:
Директор

ЗАВТРАК

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокачанной капусты	50	1,16	6,03	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	
Салат из белокочанной капусты	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 хлебками	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 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 говядины с соусом	80/20	10,1	12,6	11,8	201
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	26,114	27,37	116,79	818,546

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
Рассольник Ленинградский на квб 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 говядины с соусом	90/20	12,3	13,4	13,3	223
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	31,09	30,69	133,39	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	7,53	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: _____
Старший повар: _____

Директор

ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭДЕМ»

Type 4. A. A.

Четверг (неделя 2)

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
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	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 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				

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

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:

СТАПЦКИЙ ЦОВЕД:

Согласовано:

Директор



Подпись



Тутубина А. А.

МЕНЮ

Питания (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
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 и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	69,43	19,73	19,915	83,42	593,97

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
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 и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	22,96	21,905	96,8	675,72
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 мжб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	135,4
Картофельное пюре	150	3,8	6,3	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 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	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



Согласовано:

Директор



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 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
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 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
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: