



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



МЕНЮ
Понедельник (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Котлета из говядины с соусом	80/20	10,1	12,6	11,8	201
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	20,01	20,47	87,09	612,12

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Котлета из говядины с соусом	90/20	12,3	13,4	13,3	223
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	23,54	22,9	99,65	710,92

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови с яблоком	60	0,6	5	5,2	68,9
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	172,6
Пюре гороховое	150	5,12	4,42	37,9	211,86
Кнели куриные с соусом	80/20	11,5	9,6	25	232,4
Хлеб пшеничный	20	1,65	0,54	9,6	49,8
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	27,22	27,76	116,4	826,21

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови с яблоком	100	1	10	8,7	114,8
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	172,6
Пюре гороховое	180	6,2	5,3	45,5	254,5
Кнели куриные с соусом	90/20	14,1	9,6	30,2	263,6
Хлеб пшеничный	20	1,65	0,54	9,6	49,8
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	31,3	33,64	132,7	945,95

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша вязкая молочная с рисом и маслом	200	9,5	10,6	23,1	225,8
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Чай с сахаром и изюмом	180/10/7	0,021	0,005	14,975	60
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	12,021	11,415	52,475	360,5

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2"
Рыбно-Слободского муниципального района



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	
Фрукт	100	1,69	0,47	14,7	69,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	50/50	7,1	11,36	1,8	137,84
Хлеб пшеничный	20	1,65	0,54	9,6	49,8
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	18,68	20,175	78	568,49

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	1,69	0,47	14,7	69,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	9,4	40,5	279,6
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	50/50	7,1	11,36	1,8	137,84
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,95	0,35	12,3	60
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	21,58	21,885	93,8	662,64

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	60	1	6	5,8	81,6
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
Биточки рыбные с соусом	80/30	13,7	3,4	9,2	122
Хлеб пшеничный	40	2,3	1,08	19,2	99,6
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из яблок	200	0,1	0,1	14,2	59
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	28,2	26,48	112,2	805,45

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	100	1,6	10	10,7	140,3
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
Биточки рыбные с соусом	90/30	15	3,5	12,7	142,3
Хлеб пшеничный	40	2,3	1,08	19,2	99,6
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из яблок	200	0,1	0,1	14,2	59
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	30,9	32,18	128,5	933,15

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Оладьи	120	11	11,9	32	279,1
Сок	200	0	0	20	80
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11	11,9	52	359,1

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.

Старший повар: _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



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	
Салат из белокочанной капусты с огурцами	60	0,8	4	2,3	49
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,9	5,8	37,9	232,3
Гуляш из говядины с соусом	50/50	9,1	8,24	12	158,56
Хлеб пшеничный	20	1,65	0,54	9,6	49,8
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и черносливом	180/10/7	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	19,95	18,83	80	571,01

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	1,4	7	3,8	84,8
Каша пшеничная рассыпчатая	180	8,3	7,4	45,5	282,7
Гуляш из говядины с соусом	50/50	9,1	8,24	12	158,56
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,95	0,35	12,3	60
Чай с сахаром и черносливом	180/10/7	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	23,45	23,34	98	702,06

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	60	1	6	5,8	81,6
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Рагу овощное с говядиной	210	15,9	12,8	51,4	384,4
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	28,13	28,1	111,5	812,15

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	100	1,4	8	9,7	116,4
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Рагу овощное с говядиной	230	17,2	13,8	59,9	432,6
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	12,3	60
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	30,48	30,74	128	915,1

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Слойка с сахаром	70	11,23	11,94	38,3	305,58
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11,43	11,99	48,3	346,88

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



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	
Сыр	10	2,7	2,5	0	33,4
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	20	1,65	0,54	9,6	49,8
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и изюмом	180/10/7	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	20,071	20,435	85,075	604,76

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	4,05	3,75	0	50,1
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	2,5	0,3	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,65	12,3	60
Чай с сахаром и изюмом	180/10/7	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	22,921	21,895	93,975	666,31

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	60	0,73	6,04	8,414	91
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гренками 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	204
Котлета из птицы с соусом	80/20	10,6	12,11	6,58	177,71
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	28,13	28,93	113,994	814,47

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	100	1,2	7,8	7	103
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гренками 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	2,5	0,3	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,65	12,3	60
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	33,03	32,26	130,06	944,11

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Пирожки с капустой	60	8,76	11,36	23,75	258,71
Компот из яблок и изюма	200	2,6	0,08	29	111,2
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11,36	11,44	52,75	369,91

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



МЕНЮ
Пятница (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с солеными огурцами	60	1,5	6,8	5,1	87,7
Плов из птицы	200	14,7	12,6	38,9	327,8
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	20,04	20,415	82,9	595,5

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с солеными огурцами	100	2,48	10,2	8,6	136,12
Плов из птицы	230	16,9	12,6	44,8	360,2
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	23,22	23,815	92,3	676,32

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свежих томатов с огурцами	60	0,7	5,2	6,36	72,73
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	200
Плов с говядиной (крупа гречневая)	200	16,8	15,74	34,36	346,3
Хлеб пшеничный	40	2,3	1,08	19,2	99,6
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	28,2	28,55	111,62	842,58

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свежих томатов с огурцами	100	1,2	5,2	10,8	94,5
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	200
Плов с говядиной (крупа гречневая)	230	19,32	18,1	54,72	479,06
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	31,42	30,64	137,82	996,76

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша вязкая молочная гречневая со сливочным маслом	180/5/5	9,49	10,7	18	206,26
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Сок	200	0	0	20	80
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11,99	11,51	52,4	360,96

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2"
Рыбно-Слободского муниципального района



МЕНЮ
Суббота (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	60	0,4	6	1,4	61,8
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Биточки рыбные с соусом	80/30	11,8	7,03	10,9	154,07
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	20,04	20,63	80,7	589,29

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	100	0,46	8,5	2,5	88,3
Картофельное пюре	180	4,1	8,8	41,8	262,8
Биточки рыбные с соусом	90/30	15	3,5	12,7	142,3
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	23,6	21,9	96,8	678,47

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из отварной свеклы	60	0,9	6	5,2	79
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
Курица тушеная с овощами	80/30	9,6	8,01	17,6	180,89
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржано-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	86,86	27,87	28,99	111,78	819,14

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из отварной свеклы	100	1,6	6	8,7	95,2
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
Курица тушеная с овощами	80/30	9,6	8,01	17,6	180,89
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	29,97	30,59	129,08	910,29

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Пирожки с яблоками	60	6,11	7,31	38,73	218,86
Молоко кипяченое	200	6	5	10,8	121
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	12,11	12,31	49,53	339,86

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



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	4,05	3,75	0	50,1
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	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	20,07	20,66	86,25	612,12

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	4,05	3,75	0	50,1
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	220/5/12	8,6	9,7	41,3	286,9
Пирожок с повидлом	60	5,2	7,9	20,31	173,14
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	21,85	22,41	100,41	690,74

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	60	1	6	5,8	81,6
Суп картофельный с крупой (пшённый) с курицей и сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	13,18	13	46,9	357,32
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,3	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Комлот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	27,11	29	111,49	831,22

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	100	1,6	10	10,7	140,3
Суп картофельный с крупой (пшённый) с курицей и сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Жаркое по-домашнему (из говядины)	230	15,9	13	54	396,6
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	30,73	33,51	128,89	949,8

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Оладьи	120	11	11,9	32	279,1
Сок	200	0	0	20	80
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11	11,9	52	359,1

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



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	7,35	46,6
Сложный гарнир (картофельное пюре, тушеная капуста)	100/50	4,3	5,8	27,9	181
Котлета из говядины с соусом	80/20	10,1	12,6	11,8	201
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	18,64	19,815	79,75	584,05

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Сложный гарнир (картофельное пюре, тушеная капуста)	130/50	5	7,2	37	237,8
Котлета из говядины с соусом	90/20	12,3	13,4	13,3	223
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	21,54	22,015	96,55	687,4

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	60	0,7	4,6	5,1	64,6
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	204
Кнели куриные с соусом	80/20	11,5	9,6	25	232,4
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	27,19	28,93	122,08	848,83

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	100	1,2	7,8	7	103
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
Кнели куриные с соусом	90/20	14,1	9,6	30,2	263,6
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	31,62	33,76	140,24	995,23

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша вязкая молочная яичная с маслом	200	9,3	11	21	220,2
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Чай с сахаром и изюмом	180/10/7	0,021	0,005	14,975	60
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11,821	11,815	50,375	354,9

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ
Среда (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	60	0,7	3,06	6,65	56,94
Плов из говядины	200	15,2	16,2	39,5	364,6
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	19,94	20,36	79,75	582,06

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	100	1,2	5,2	10,8	94,5
Плов из говядины	230	17,5	17,8	47	418,2
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	22,74	24,1	91,4	673,22

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свежих томатов с огурцами	60	0,7	5,2	6,36	72,73
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	235/15	7,99	4,2	13,69	124,52
Гренки из пшеничного хлеба	20	2	1,8	11,6	70,6
Рагу овощное с птицей	200	14,1	16,1	48,2	394,1
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	27,41	27,76	112,89	812,28

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свежих томатов с огурцами	100	1,44	6	8,7	95,5
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	235/15	7,99	4,2	13,69	124,52
Гренки из пшеничного хлеба	20	2	1,8	11,6	70,6
Рагу овощное с птицей	230	16,2	18,5	55,4	452,9
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	31,53	31,61	132,39	941,82

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Пирожки с капустой	60	8,76	11,36	23,75	258,71
Компот из яблок и изюма	200	2,6	0,08	29	111,2
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11,36	11,44	52,75	349,98

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2"
Рыбно-Слободского муниципального района



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	
Фрукт	100	1,69	0,47	14,7	69,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	50/50	7,1	11,36	1,8	137,84
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	19,92	20,53	87,1	612,79

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	2,2	0,47	14,7	71,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	9,4	40,5	279,6
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	50/50	7,1	11,36	1,8	137,84
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	21,83	22,33	100,2	688,64

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	10	2,7	2,5	0	33,4
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	200
Рис отварной	150	3,7	6,3	37,2	220,6
Рыба припущенная с овощами	90/30	9,33	9,8	10,2	166,32
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	27,88	26,55	111,4	820,32

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	4,05	3,75	0	50,1
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
Рыба припущенная с овощами	90/30	9,33	9,8	10,2	166,32
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Хлеб ржан-пшеничный	30	1,3	0,2	14,4	64,6
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	28,83	28,79	119,3	875,62

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша молочная геркулесовая со сливочным утром	200/5/10	7,3	10,39	26,7	229,51
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	10,04	11,29	52,1	349,98

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2"
Рыбно-Слободского муниципального района



Утверждаю:
Председатель СПОСГК "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	
Винегрет овощной	60	0,9	6,1	5,8	81,8
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	7,7	11	158,1
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	20,13	20,535	80,08	575,93

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	100	1,4	8	9,7	116,4
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	7,7	11	158,1
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	21,96	24,065	95,04	687,33

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	60	0,7	5,2	6,36	72,73
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
Тефтели с соусом	80/20	11	8,7	29,8	241,5
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	27,62	28,06	123,1	857,16

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	100	1,2	5,2	10,8	94,5
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
Тефтели с соусом	90/20	12,4	8,7	33,5	261,9
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	30,92	29,66	138,84	949,73

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Пирожки с яблоками	60	6,11	7,31	38,73	218,86
Молоко кипяченое	200	6	5	10,8	121
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	12,11	12,31	49,53	339,86

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____



Согласовано:
Директор МБОУ "Рыбно-Слободская СОШ №2 "
Рыбно-Слободского муниципального района



МЕНЮ
Суббота (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	60	1	6	5,8	81,6
Пюре гороховое	150	5,12	4,42	37,9	211,86
Котлета из птицы с соусом	80/20	10,6	12,11	6,58	177,71
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	9,2	40,05
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	66,76	19,78	20,08	80,32	604,32

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	100	1,6	10	10,7	140,3
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	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,3	0,2	9,2	40,05
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	74,13	23,3	24	95,14	690

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	5,6	80,9
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	13,18	13	46,9	357,32
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из изюма	200	3,97	1,1	25,168	126,4
Цена обеда/ Итого за обед	86,86	27,67	28,66	118,368	854,62

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	10,1	9,7	136,2
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Жаркое по-домашнему (из говядины)	230	15,9	13	54	396,6
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	14,4	74,7
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из изюма	200	3,97	1,1	25,168	126,4
Цена обеда/ Итого за обед	95,95	31,09	32,76	129,568	949,2

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	120,8
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша молочная вязкая гречневая со сливочным маслом	180/5/5	9,49	10,7	18	206,26
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	14,4	74,7
Сок	200	0	0	20	80
Цена полдника/ Итого за полдник	30,30	11,99	11,51	52,4	360,96

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.
Старший повар: _____ / _____