



Согласовано:  
Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.

Меню (сад)  
Понедельник 1 недели



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

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с крупой (пшениный)	180	6,69	8,04	19,8	178,32	1,63
Какао с молоком	200	4,08	3,94	16,6	116,8	1,42
Бутерброд с сыром	50/10	0,45	0,24	16,53	70	0
<b>2-ой завтрак</b>						
Кисломолочный продукт	180	4,08	4,5	7,2	85,6	0
<b>Обед</b>						
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,56	8,7	2,61
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,23	5,03	9,58	136,82	11,8
Картофельное пюре	130	2,96	4,72	34,6	192,72	20,7
Котлета из говядины	70	7,2	9,72	11,24	161,24	0,6
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Булочка с повидлом	60	6,6	8,9	16,4	172,1	0,15
Фрукт	85	1,2	0,12	5,18	21,77	0,1
Кисель	180	0	0	18,82	75,5	0
Цена	126,79					
Итого за 1 день:		42,31	45,71	190,35	1373,93	39,11

*Григорьева О.В.* Завхоз / *Турнина А.А.*  
*Понедельник 116* Ст. Повар / *Турнина А.А.*

Согласовано:

Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.

Меню (сал)

Вторник 1 неделя

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,2	5,8	17,94	140,6	1,95
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом и сыром	70	4,33	3,75	20,35	132,47	0,04
<b>2-ой завтрак</b>						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,9
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты	60	0,86	2,74	5,23	49,18	13,9
Суп крестьянский на мкб со сметаной	200/12/8	6,95	5,75	17,14	148,11	12,02
Макаронные отварные со сливочным маслом	130	3,68	4,43	28,38	156,67	0
Кнели куриные	70	5,07	7,62	4,5	106,86	4,53
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	16,08	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный продукт	180	4,68	4,5	7,2	79,38	0
Фрукт	85	0,55	0,92	5,18	31,2	0,1
Кондитерское изделие	50	3,1	4,01	28,7	163,29	0,26
<b>Цена</b>	<b>126,79</b>					
<b>Итого за день</b>		<b>40,36</b>	<b>42,79</b>	<b>197,41</b>	<b>1342,2</b>	<b>38,49</b>

Завхоз / *Анто*  
Повар / *Иванов*  
*Бесчастная О.В.*  
*Иванов*

Согласовано:

Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.

Меню (сад)

Среда 1 недели



Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Каша манная молочная со сливочным маслом	180	5,8	6	15,2	135,6	1,79
Чай сладкий с молоком	200	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
<b>2-ой завтрак</b>						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,9
<b>Обед</b>						
Салат из моркови с изюмом	60	0,75	6,04	7,2	86,38	2,92
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей со сметаной	200/12/8	4,9	6,45	17,8	148,85	13,4
Жаркое из птицы	190	10,7	9,05	26,53	230,37	12,16
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	22,7	77,5	2,65
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Булочка домашняя	60	2,87	4,81	31,33	180,11	0,25
Кисломолочный продукт	200	5,2	4,5	7,56	87,86	0,54
<b>Цена</b>	<b>126,79</b>					
<b>Итого за день</b>		<b>40,09</b>	<b>43,9</b>	<b>199,37</b>	<b>1361,19</b>	<b>39,32</b>

Завхоз / Турнина А.А.  
Ст. Повар / Мещеряков М.В.

Согласовано:

Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.

Меню (сад)  
Четверг 1 неделя

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный вермишелевый	180	5,73	7,3	19,5	166,62	1,46
Какао с молоком	200	4,08	3,94	16,6	116,8	1,42
Бутерброд с сыром	50/10	0,45	0,24	16,53	70	0
<b>2-ой завтрак</b>						
Кисломолочный продукт	180	4,86	4,5	19,44	137,6	0
<b>Обед</b>						
Салат из отварной свеклы	60	0,87	4,05	5,27	61,07	5,8
Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб со сметаной	200/12/8	6,18	6,8	23,1	178,32	8,82
Запеканка рыбная с рисом	150	8,8	9,5	28,04	232,86	15,58
Чай с сахаром и лимоном	200/10/4	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Чай без сахара	200	0,01	0	0,03	0,09	0,05
Фрукт	85	0,72	0,2	6,48	34,4	4,8
Оладьи со стуженным молоком	120/10	7,45	8,8	34,55	247,2	0,66
<b>Цена</b>	<b>126,79</b>					
<b>Итого за день</b>		<b>42,49</b>	<b>45,77</b>	<b>202,38</b>	<b>1399,32</b>	<b>38,69</b>

Завхоз / Дуб-  
Ст. Повар / Маслова



Согласовано:  
Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.

Меню (сад)  
Пятница 1 недели



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

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Омлет натуральный со сливочным маслом	150	5,31	6,1	17	144,14	1,1
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом	50/10	2,83	3,25	22,6	108	0,04
<b>2-ой завтрак</b>						
Кисломолочный продукт	180	3,36	4,5	7,2	82,7	0
<b>Обед</b>						
Салат "Витаминный"	60	0,86	2,74	5,23	49,18	15,28
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	200/12	6,11	5,41	13,2	125,93	9,1
Каша гречневая со сливочным маслом	130	5,85	6,55	33,54	197,37	0
Гуляш из куриных грудок	40/40	3,45	6,8	7,11	103,44	5,4
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	16	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Булочка "К чаю"	60	6,2	8,42	20,4	182,2	0,15
Фрукт	85	1,44	0,17	6,88	32,13	6,1
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Цена	126,79					
Итого за день		41,6	47,25	197,2	1340,82	39,06

Воспитатель Д.В. Завхоз /  
Исаева Ольга Ивановна Ст. Повар / Исаева

Согласовано:

Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.



Меню (сад)

Понедельник 2 неделя

Утверждено:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.



Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	180/7/7	5,8	6	15,2	136	1,75
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
Чай сладкий с молоком	200	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
<b>2-ой завтрак</b>						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,89
<b>Обед</b>						
Салат из моркови	60	0,73	7,48	6,73	97,16	3,12
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,23	5,03	10,58	136,82	14,3
Рыба запеченная в омлете	150	8,72	8,6	29,9	231,88	2,06
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	22,7	77,54	2,65
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,57	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Слойка с сахаром	65	6,6	8,6	35,7	246,6	0,15
Фрукт	85	1,2	0,1	5,18	21,77	11
Чай без сахара	200	0,01	0	0,03	0,09	0,05
Цена	126,79					
<b>Итого за 1 день:</b>		<b>38,54</b>	<b>42,86</b>	<b>197,07</b>	<b>1362,38</b>	<b>37,43</b>

Завхоз / Турнина А.А.  
Ст. Повар / Иванова И.В.

Согласовано:

Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.

Меню (сад)

Вторник 2 недели

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Пудинг из творога	150	4,74	6,08	18,29	146,84	0,77
Какао с молоком	190	3,7	3,24	13,9	116,8	1,42
Бутерброд с маслом	50/10	2,83	3,25	22,6	108	0,04
<b>2-ой завтрак</b>						
Кисломолочный продукт	180	4,86	4,5	18,53	134,4	0
<b>Обед</b>						
Салат "Витаминный"	60	0,86	2,74	5,23	49,18	14,28
Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб со сметаной	200/15	6,18	6,8	23,1	178,32	8,82
Рагу овощное	150	2,49	5,8	18,74	137,12	8,36
Котлета куриная	70	5,7	5,56	8,15	105,44	0,62
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Компот из свежих фруктов	180	0,05	0	15,29	61,33	0,04
<b>Полдник</b>						
Кисель	190	0	0	18,82	75,96	0
Пирожок печеный с картофелем	65	7,9	8,8	22,1	199,2	4,55
<b>Цена</b>	<b>126,79</b>					
<b>Итого за день</b>		<b>42,5</b>	<b>47,17</b>	<b>205,46</b>	<b>1389,39</b>	<b>38,9</b>

Турнина Л. Н. Завхоз / Турнина Л. Н. /  
Место: Сад № 16 Ст. Повар / Садовод

Согласовано:  
 Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
 Алексеевского муниципального района  
 Плотникова Л. Н.



Меню (сад)  
 Среда 2 недели



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

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,2	5,8	17,94	140,6	1,95
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,69	13,8	89,49	1,75
Бутерброд с маслом и сыром	70	4,33	3,75	20,35	132,47	0,04
<b>2-ой завтрак</b>						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,89
<b>Обед</b>						
Салат из отварной свеклы	60	0,87	4,05	5,27	61,07	4,58
Суп картофельный с макаронными изделиями на мкб со сметаной	200/12/8	7,6	9	17,8	182,6	10,22
Голубцы ленивые	190	8,1	8,5	29,64	228,36	11,8
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	16,08	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Булочка слобная	60	4,4	4,25	26,1	160,25	0,25
Фрукт	85	0,72	0,2	6,48	30,6	4,8
Кисломолочный продукт	180	3,36	4,5	7,2	82,74	0
<b>Цена</b>	<b>126,79</b>					
<b>Итого за день</b>		<b>40,24</b>	<b>43,14</b>	<b>192,17</b>	<b>1345,8</b>	<b>39,32</b>

*Турнина А.А.* Завхоз / *Турнина А.А.*  
*Иванова И.В.* Ст. Повар / *Иванова*



Согласовано:

Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"

Гурнина А. А.

Меню (сад)  
Четверг 2 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с крупой (рисовый)	180	5,04	5,7	15,02	131,54	1,63
Чай сладкий с молоком	180	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
<b>2-ой завтрак</b>						
Кисломолочный продукт	180	3,74	3,23	5,44	63,26	0,4
<b>Обед</b>						
Салат картофельный с солеными огурцами	60	0,48	0,06	1,56	8,7	2,61
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	6,14	9,58	7,53	140,9	12,22
Картофельное пюре	130	2,96	4,72	34,6	192,72	11,01
Биточки рыбные из минтая	70	6,8	5,86	4,61	98,38	2,3
Компот из яблок и изюма	180	0,21	0,06	18,92	64,62	2,21
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	87,68	0
<b>Полдник</b>						
Чай без сахара	200	0,01	0	0,03	0,09	0,05
Фрукт	85	0,72	0,68	6,48	34,4	4,8
Оладьи со ступенкой	120/10	7,65	8,55	34,52	245,63	0,66
<b>Цена</b>	<b>126,79</b>					
<b>Итого за день</b>		<b>42,47</b>	<b>45,42</b>	<b>188,96</b>	<b>1320,89</b>	<b>39,25</b>

Завхоз / Гурнина А.А.  
Ст. Повар / Мещеряева И.В.

Согласовано:

Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Плотникова Л. Н.

Меню (сад)  
Пятница 2 недели

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
<b>Завтрак</b>						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,8	5,78	17,22	140,1	1,89
Какао с молоком	180	3,67	3,55	14,94	106,39	1,42
Бутерброд с маслом	50/10	2,83	3,25	22,6	108	0,04
<b>2-ой завтрак</b>						
Сок	180	0,84	0	4,1	23,04	3,89
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты	60	0,86	2,74	5,23	49,18	14,58
Суп-лапша домашняя с курицей	200/12	6,25	8,58	23,46	196,06	12,1
Плов из птицы	190	9,48	10,22	30,9	253,5	4,98
Компот из свежих фруктов	180	0,05	0	15,29	61,33	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
<b>Полдник</b>						
Сырники из творога	80/20	7,13	9,19	23,77	206,31	0,36
Фрукт	85	1,2	0,12	5,18	21,77	0,1
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Цена	126,79					
<b>Итого за день</b>		<b>40,45</b>	<b>43,87</b>	<b>196,35</b>	<b>1320,04</b>	<b>39,26</b>

Завхоз / *Турнина А.А.*  
Ст. Повар / *Иванова О.В.*