

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



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

**МЕНЮ**  
**Понедельник (неделя 1)**

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		1-4 классы	Белки	Жиры		Углеводы
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>66,76</b>		<b>20,01</b>	<b>20,47</b>	<b>87,09</b>	<b>612,12</b>

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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>73,40</b>		<b>23,54</b>	<b>22,9</b>	<b>99,65</b>	<b>710,92</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,20 рублей)</b>	<b>64,20</b>					

**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

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_ Новикова Н.Н.  
 Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ "Родниковская СОШ"  
Алексеевского муниципального района  
Млотникова Л. Н.



Подтверждаю:  
Председатель СПУСПК "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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>66,76</b>	<b>18,68</b>	<b>20,175</b>	<b>78</b>	<b>568,49</b>

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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>73,40</b>	<b>21,58</b>	<b>21,885</b>	<b>93,8</b>	<b>662,64</b>
Родительская плата (за минусом субсидии 9,20 рублей)	<b>64,20</b>				

**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

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Новикова Н.Н.  
Старший повар: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

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



**МЕНИЮ**  
Среда (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокачанной 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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>66,76</b>	<b>19,95</b>	<b>18,83</b>	<b>80</b>	<b>571,01</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокачанной 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	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>73,40</b>	<b>23,45</b>	<b>23,34</b>	<b>98</b>	<b>702,06</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,20 рублей)</b>	<b>64,20</b>				

**МЕНИЮ 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

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_ Новикова Н.Н.

Старший повар: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

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



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

**МЕНИО**  
**Четверг (неделя 1)**


**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>66,76</b>	<b>20,071</b>	<b>20,435</b>	<b>85,075</b>	<b>604,76</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>73,40</b>	<b>22,921</b>	<b>21,895</b>	<b>93,975</b>	<b>666,31</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,20 рублей)</b>	<b>64,20</b>				

**МЕНИО 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

Технолог-калькулятор:  Новикова Н.Н.  
 Старший повар: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

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



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

**МЕНИЮ**  
**Пятница (неделя 1)**

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда <b>1-4 классы</b>	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>66,76</b>	<b>20,04</b>	<b>20,415</b>	<b>82,9</b>	<b>595,5</b>

Наименование блюда	Выход блюда <b>5-11 классы</b>	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>73,40</b>	<b>23,22</b>	<b>23,815</b>	<b>92,3</b>	<b>676,32</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,20 рублей)</b>	<b>64,20</b>				

**МЕНИЮ 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

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_ Новикова Н.Н.  
 Старший повар: \_\_\_\_\_

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



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

**МЕНЮ**  
 Суббота (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>66,76</b>	<b>20,04</b>	<b>20,63</b>	<b>80,7</b>	<b>589,29</b>

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
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>73,40</b>	<b>23,6</b>	<b>21,9</b>	<b>96,8</b>	<b>678,47</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 9,20 рублей)</b>	<b>64,20</b>				

**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

Технолог-калькулятор: Н Новикова Н.Н.  
 Старший повар: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_