



МЕНЮ
Понедельник (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свежих огурцов	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Котлета домашняя мясная с соусом	70/30	8	5,98	7,94	117,58
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	77,76	20,18	20,71	79,94	586,26

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свежих огурцов	100	1,62	8	10,75	121,48
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	9,4	40,5	279,6
Котлета домашняя мясная с соусом	70/30	8	5,98	7,94	117,58
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,49	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	88,60	22,04	24,14	91,79	674,75
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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: Турнина А. А.
Старший повар: Турнина А. А.

Согласовано:

Директор:

Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

МЕНЮ Понедельник (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
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Котлета домашняя мясная с соусом	70/30	8	5,98	7,94	117,58
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	77,76	20,18	20,71	79,94	586,26

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
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	9,4	40,5	279,6
Котлета домашняя мясная с соусом	70/30	8	5,98	7,94	117,58
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,49	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	88,60	22,04	24,14	91,79	674,75
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Т.А. Тихонова



МЕНЮ
Вторник (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	77,76	18,61	19,355	80,49	572,73

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,09	0,85	8,2	48,81
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	88,60	21,39	21,885	96,35	670,62
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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: Тубагулова

Согласовано:

Директор

МБОУ Среднетихоновской с/с

Наименование учреждения

Средняя общеобразовательная школа

Наименование района

Хантискомский

Ф.И.О.



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	
Винегрет овощной	60	0,86	6,1	5,84	81,8
Плов из куриных грудок с рисом	160/30	14,44	12,6	38,9	326,76
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-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	77,76	20,14	20,09	83,14	594,03

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
Плов из куриных грудок с рисом	180/40	16,72	14,58	45	378,1
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-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	88,60	23,01	23,67	93,18	677,79
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Турнина А. А.

Согласовано:

Директор



Наименование учреждения

Среднеуниверситетская школа

Наименование района

Казанский

Ф.И.О.

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	1,68		25,92
Каша вязкая молочная гречневая с маслом	200/5/10	7,4	10,39	30,1	243,51
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
Цена завтрака / Итого за завтрак	77,76	20	19,73	80,1	577,46

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	10	2,7	1,68		25,92
Каша вязкая молочная гречневая с маслом	230/5/10	9,97	12,8	41	319,08
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
Цена завтрака / Итого за завтрак	88,60	22,57	22,14	91	653,03
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Турнина А. А.

Согласовано
Директор



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

МЕНЮ
Пятница (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	30	2,5	0,81	9,4	54,89
Хлеб ржано-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	77,76	20,16	20,195	80,12	585,57

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Картофельное пюре	180	6,34	7,96	45,8	280,2
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	18,2	99,64
Хлеб ржано-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	88,60	23,48	21,925	99,92	697,62
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Турнина А. А.

Согласовано:
Директор:



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"



МЕНЮ
Суббота (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	30	1,8	6,6	16,8	133,8
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Гуляш из говядины с соусом	45/45	9,19	5,9	3,44	103,62
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена завтрака / Итого за завтрак	77,76	19,85	19,72	86,78	603,97

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	30	1,8	6,6	16,8	133,8
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Гуляш из говядины с соусом	45/45	9,19	5,9	3,44	103,62
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	12,2	71,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена завтрака / Итого за завтрак	88,60	22,82	21,89	100,44	690,02
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Табаташ Тубагулович



Согласовано: А. Турнина
Директор: А. Турнина
Наименование учреждения: Спортивная школа
Наименование района: РТ
Подпись: А. Турнина
Ф.И.О. Турнина А. А.



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

МЕНЮ
Понедельник (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200/5/10	5,9	8,9	29	219,7
Ватрушка с творогом	70	9,99	8,69	21,1	202,57
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-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	77,76	19,45	18,8	87,7	600,45

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная рисовая с маслом	230/5/10	6,79	10,23	33,35	252,63
Ватрушка с творогом	70	11,5	10,69	22,1	230,61
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-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	88,60	21,85	22,13	93,05	661,42
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Турнина А. А.

Согласовано:

Директор



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

МЕНЮ
Вторник (неделя 2)

ЗАВТРАК

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
Картофель тушеный	150	2,9	1,1	34,1	155,9
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	77,76	19,7	20,445	79,72	579,21

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
Картофель тушеный	180	4,24	1,32	40,91	192,48
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	88,60	21,47	22,415	91,9	654,75
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Турнина А. А.

Согласовано:
Директор



Подпись: *И. И. И.*

Подпись: *И. И. И.*

Ф.И.О.

Утверждаю:
Председатель СНОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

МЕНЮ
Вторник (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	60	0,74	6,05	5,1	77,8
Картофель тушеный	150	2,9	1,1	34,1	155,9
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	77,76	19,7	20,445	79,72	579,21

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	100	1,17	7,8	10,47	116,76
Картофель тушеный	180	4,24	1,32	40,91	192,48
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	88,60	21,47	22,415	91,9	654,75
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

И. И. И.

Согласовано:

Директор:



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	
Огурцы свежие (порционно)	60	0,8	0,06	1,68	10,46
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	13	11	205,8
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена завтрака / Итого за завтрак	77,76	19,82	20,55	84,02	607,72

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие (порционно)	100	1,33	0,1	2,8	17,42
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	13	11	205,8
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
Цена завтрака / Итого за завтрак	88,60	21,68	22,22	96,2	678,91
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Т.А. Тибатулина

Согласовано:
Директор



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	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	77,76	20,2	20,63	79,65	587,06

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	9,4	40,5	279,6
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-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	88,60	22,28	22,7	91,35	661,27
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Турнина А. А.

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

МЕНЮ
Пятница (неделя 2)

ЗАВТРАК

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
Плов из куриных грудок с рисом	160/30	14,44	12,6	38,9	326,76
Хлеб пшеничный	50	4,4	1,35	26	133,75
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	77,76	19,51	20,005	80,27	579,26

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из отварной свеклы	100	1,44	8,08	9,9	118,08
Плов из куриных грудок с рисом	180/40	16,72	14,58	45	378,1
Хлеб пшеничный	50	4,4	1,35	26	133,75
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	88,60	22,6	24,015	91	670,63
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Тубадулина

Согласовано:

Директор



Наименование учреждения

Среднеазиатская средняя общеобразовательная школа

Наименование района

З. Комаринский

Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А.А.

МЕНЮ

Суббота (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	30	1,8	6,6	16,8	133,8
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Тефтели "Рыбацкие" из минтая, запеченные с соусом	70/30	9,6	5	7,2	112,2
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-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	77,76	18,4	18,95	87,6	594,55

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	40	2,42	10,9	16,8	174,98
Картофельное пюре	180	6,2	5,3	45,5	254,5
Тефтели "Рыбацкие" из минтая, запеченные с соусом	70/30	9,6	5	7,2	112,2
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-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	88,60	21,42	22,05	98,3	677,33
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	77,90				

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

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:

Т.И. Тубогулино