



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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Борщ 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
Кнели куриные с соусом	70/30	11,99	11,05	24,94	247,17
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
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	103,00	25,9	26,46	114,62	799,34

Технолог-калькулятор: _____
Старший повар: _____ / _____

Согласовано:

Директор

А.А. Мисеев
 Наименование учреждения
 Наименование района
 Подпись
 Ф.И.О.

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	
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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
Рис отварной	150	3,7	6,3	37,2	220,6
Биточки рыбные (из минтая) с соусом	70/30	10,42	10,66	18,1	210,02
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-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	103,00	25,77	26,46	112,6	792,22

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано:

Директор МБОУ Алексеевская

Наименование учреждения

наст. в общ. - е школе №4

Наименование района

Сунзав Статускина Т.Н.

Подпись

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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Пельмени с бульоном	140/140	7,3	12,33	33,11	272,61
Жаркое по-домашнему (из говядины)	150/40	16,23	13	46,9	361,52
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 изюмом	180/10/3	0,8	0,09	13	56,01
Цена обеда/ Итого за обед	103,00	28,25	26,45	115,61	804,93

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано:

Директор

И.В.О.Ч. Алексеевская
 Наименование учреждения
нак в общ. в школа №4
 Наименование района
Сыктывкар
 Полное Ф.И.О.
Сундатушина Т.Н.

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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гренками из пшеничного хлеба	235/15	6,99	3,4	24,48	156,48
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Тефтели с соусом	70/30	11,2	15,48	22,2	272,92
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	103,00	27,75	26,45	122,8	837,56

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано:

Директор

МБОУ "Алексеевская"

Наименование учреждения

насел. и общ. и школа №4

Наименование района

Сургутский Т.Н.

Подпись

Ф.И.О.

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	
Фрукты 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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	250/15/10	8,18	9,2	27,7	226,32
Гречка с мясом и овощами	190	15,2	15,94	36,36	349,7
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	17,2	76,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Цена обеда/ Итого за обед	103,00	28,03	26,44	113,06	802,32

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано:

Директор

М.В. Алмазов
Наименование учреждения

на 1-й сессии 1/4
Наименование района

Сундур
Подпись

Ф.И.О.



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	
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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	6,5	8	9,3	135,4
Плов из говядины	160/30	14,6	17,4	54,5	433
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60,09
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	103,00	25,68	26,54	111,4	787,12

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано: И.В.О.У. Алексеевская
Директор

Наименование учреждения

на с. общ. в школе №4
Наименование района

А.А. Турнина Ф.И.О.



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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7	8	17,9	172,6
Картофель запеченный	150	6,03	6,55	37,88	234,59
Курица, 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 ржано-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	103,00	27,41	28,95	117,76	839,54

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано:

Директор

МБОУ "Алексеевская"
 Наименование учреждения
нах. в общ. с школой №4
 Наименование района
г. Батай, ул. Школьная 1А
 Подпись Ф.И.О.



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 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

ОБЕД

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
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	250/15/10	8,18	9,2	27,7	226,32
Пюре гороховое	150	5,11	2,3	39,12	197,62
Мясо тушеное с овощами	45/45	8	5,98	7,94	117,58
Хлеб пшеничный	20	2,6	2,1	10,4	70,9
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	103,00	27,06	26,4	122,76	836,88

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано:

Директор

МБОУ «Александровская»

Наименование учреждения

на 8 сесс. 8 июля 14

Наименование района

Подпись

Ф.И.О.

Вяткина Т.Н.

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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с крупой (пшениный) с курицей и сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Кнели куриные с соусом	70/30	11,99	11,05	24,94	247,17
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	103,00	28,13	27,81	121,23	856,85

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевское"

Наименование учреждения

нач. 2 общ. 8 школы №4

Наименование района

Судак Судактурмское Т.п.

Подпись

Ф.И.О.

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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гренками из пшеничного хлеба	250/15	7,44	4,8	26,04	177,12
Рис отварной	150	3,7	6,3	37,2	220,6
Фрикадельки в соусе	60/30	10	13,9	3,85	180,5
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-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	103,00	25,89	26,31	112,97	789,84

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____

Согласовано: МБОУ "Александровская"
 Директор Иванова И.И.
 Наименование учреждения
Спасский район
 Наименование района
Спасский район
 Подпись Спасский район Ф.И.О.



МЕНЮ
 Пятница (неделя 2)

ЗАВТРАК

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
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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с клецками с курицей и сметаной	225/15/10	6,1	9,4	18,4	182,6
Рагу из овощей	150	4,2	2,82	31,05	166,38
Тефтели с соусом	70/30	11,2	15,48	22,2	272,92
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-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	103,00	26,15	29	111,65	812,2

Технолог-калькулятор: _____
 Старший повар: _____ / _____

Согласовано:
Директор МБОУ Алексеевская

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

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Пельмени с бульоном	140/140	7,3	12,13	33,11	272,61
Гречка с мясом и овощами	190	15,2	15,94	36,36	349,7
Хлеб пшеничный	40	3,28	0,7	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	103,00	27,1	28,99	117,77	845,91

Технолог-калькулятор: _____

Старший повар: _____ / _____