

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

«Утверждаю»
ООО «Фирма Школьная»

с 11-18 лет

«Согласовано»
МБОУ СОШ

[Подпись]

1 неделя

1.12

неделя	день недели	прием пищи	раздел в меню	Блюда	вес блюда,г	белки	жиры	воды	калл	№ рецеп	Цена
понедельник											
1	1	Завтрак	горячее блюдо	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200/5	4.56	15.45	39.3	394	189	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0.1		9.1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5.4	0.8	31	150.6		
		Итого за завтрак				10.06	16.25	79.4	579.6		35
вторник 2.12											
1	2	Завтрак	2 блюдо	"Ежики" с рисом с соусом кр осн	100/20	11.00	10.50	9.78	190	108	
			гарнир	Макароны отварные	180	3.09	4.6	22	210	228	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0.1		9.1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5.4	0.8	31	150.6		
		Итого за завтрак				19.59	15.90	71.9	585.6		35
среда 3.12											
1	3	Завтрак	горячее блюдо	Каша манная молочная со сливочным маслом	200/5	4.56	15.45	39.3	394	205	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0.1		9.1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5.4	0.8	31	150.6		
		Итого за завтрак				10.06	16.25	79.4	579.6		35
четверг 4.12											
1	4	Завтрак	2 блюдо	Мясной соус	50/50	6.40	6.77	0.8	209.7	124	
			гарнир	Гарнир гречневый	180	3.09	4.6	22	210	183	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0.1		9.1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5.4	0.8	31	150.6		
		Итого за завтрак				14.99	12.17	62.9	605.3		35
пятница 5.12											
1	5	Завтрак	горячее блюдо	Овощное рагу с курицей	200	4.56	15.45	39.3	394	158	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0.1		9.1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5.4	0.8	31	150.6		
		Итого за завтрак				10.06	16.25	79.4	579.6		35
суббота 6.12											
	6	Завтрак	горячее блюдо	Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/10	4.56	15.45	39.3	394	210	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0.1		9.1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5.4	0.8	31	150.6		
		Итого за завтрак				10.06	16.25	79.4	579.6		35



ОТЧЕТ ВЕРНА
Директор
Е.Е. Нуруллина

2 неделя

понедельник

8.12

2	1	Завтрак	горячее блюдо	каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39,3	394	206	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
		Итого за завтрак				10,06	16,25	79,4	579,6		35

вторник

9.12

2	2	Завтрак	2 блюдо	Котлеты из рублен курицы с гречкой с соусом	100/20	11,00	10,50	9,78	190	103	
			гарнир	Макароны отварные	180	3,09	4,6	22	210	228	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
		Итого за завтрак				19,59	15,90	71,9	585,6		35

среда

10.12

2	3	Завтрак	горячее блюдо	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39,3	394	209	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
		Итого за завтрак				10,06	16,25	79,4	579,6		35

четверг

11.12

2	4	Завтрак	горячее блюдо	Плов с курицей	200	31,40	20,40	44,9	490	138	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
		Итого за завтрак				36,90	21,20	85	675,6		35

пятница

12.12

2	5	Завтрак	2 блюдо	Котлеты из куриной грудки с соусом кр. осн	100/20	11,00	10,50	9,78	190	130	
			гарнир	Гороховое пюре	180	3,09	4,6	22	210	178	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
		Итого за завтрак				19,59	15,90	71,9	585,6		35

суббота

13.12

2	6	Завтрак	горячее блюдо	Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/5	31,40	20,40	44,9	490	210	
			гор напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	300	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
		Итого за завтрак				36,90	21,20	85	675,6		35



КОПИЯ ВЕРНА
Директор
Г.Г. Нуруллина