

# МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак						
ИКРА СВЕКОЛЫНАЯ	100	100	4,9	8,6	10,1	130,0
СВЕКЛА	100	75	1,1	0,1	6,4	30,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,4	18	0,3	0	1,5	7,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	11	11	0,5	0	2	10,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17	17	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,45	0	0	0	0,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	220	220	8,2	5,0	52,7	288,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	77	77	8,2	1	52,7	252,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0
КОТЛЕТА ОСОБАЯ	40	40	5,6	12,1	0,2	132,4
ГОВЯДИНА Б/К	37,8	31,93	5,7	4,9	0	67,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,5	0,2	3	15,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,4	6,4	0	0	0	0,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3	0,3	0	15,3	62,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕРДСКИЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>						
	21,3	21,3	25,9	21,3	93,4	684,4
	21,3	21,3	25,9	21,3	93,4	684,4

Утверждаю

Директор  
Локманов А.Т.

# МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г				

Завтрак						
Наименование блюда	Выход		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	150	15,6	21,2	26,8	359,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	80,2	73	12,9	13	0	168,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	35,4	35	2,4	0,4	25,1	113,1
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	250	3,2	2,6	33,7	151,0
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
КАРТОФЕЛЬ	76,9	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	13,3	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	12,3	8	0,2	0	0,5	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	200/15	0,3	0,3	15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>						
			21,4	24,0	90,9	643,3
			21,4	24,0	90,9	643,3

Утверждено  
 Директор  
 Локманов А.Т.



# МЕНЮ

## 5-11 класс

### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г				

Завтрак						
ШИШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,4	9,9	7,6	98,0	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	0,9	0,1	2,3	13,6	
КАРТОФЕЛЬ	46,2	0,6	0,1	4,8	22,4	
МОРКОВЬ	13,3	0,1	0	0,7	3,4	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	0,1	0	0,8	4,0	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	0	4	0	36,3	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	0	0	0	0,0	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7,5	4,9	47,9	265,8	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	0	4	0	36,3	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	70	7,5	0,9	47,9	229,5	
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,7	0	0	0	0,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	0	0	0	0,0	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	11,0	11,4	9,5	183,6	
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	0	0	0	0,0	
РЫБА МИНТАЙ С/М Б/Г	76,4	8,4	0,5	0	38,4	
МОРКОВЬ	21,3	0,2	0	1,1	5,4	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОЛ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	0,8	0,3	4,9	25,4	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	0,1	0	0,7	3,2	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	0	0	0	0,0	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	0	2,4	0	21,7	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3		15,3	62,2	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	0,3	0	0,7	4,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	15	0	0	14,6	58,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	0	0	0	0,0	
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>						
		23,5	26,4	95,4	680,6	
		23,5	26,4	95,4	680,6	

**Утверждено**  
 Директор  
 Локманов А.Т.

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	210	210	12,5	10,7	53,4	320,6	
КРУПА ОВСЯНАЯ	52,3	51,5	6,1	3	29,7	170,8	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,5	97,5	2,7	2,3	4,6	51,1	
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,8	6,8	0	5,4	0,1	49,4	
ГРУЛЯШ КУРИНЫЙ	50/50	50/50	5,6	12,1	0,2	132,4	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55	55	0	0	0	0,0	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1	0	0	0,1	0,4	
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0	
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0	0,01	0	0	0	0,0	
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0	0,03	0	0	0	0,0	
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 2 КАТЕГОРИИ	117,9	79	15,1	8,5	0	137,9	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,2	0	0,6	3,2	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7	
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,7	1,1	6,8	57,4	
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3	0,3		15,3	62,2	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0	
ХЛЕБ СЕЛСКИЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>21,4</b>	<b>24,1</b>	<b>90,8</b>	<b>643,6</b>	

**МЕНЮ**  
5-11 класс  
ДЕНЬ 5

Утверждаю  
Директор  
Локманов А.Т.

# МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	23,1	15	0,3	0,1	2,3	11,3
КАРТОФЕЛЬ			15	0,3	0,1	2,3	11,3
СВЕКЛА			12	0,2	0	1,1	4,9
МОРОКОВЬ			12	0,1	0	0,6	3,1
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ			12	0,1	0	0,2	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ			9	0,1	0	0,7	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	10,7	9	0,1	0	0,7	3,6
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150		2,9	7,7	23,5	148,0	
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5		0	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	230,8		150	2,9	23,8	112,0	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5		0	4	0	36,3	
КНЕДЛИ КУРНЫЕ С РИСОМ	80		14,6	14,3	32,0	310,6	
КУРЫ ПОТРОШ 1 КАТЕГОРИИ	83,5		76	13,4	13,6	175,5	
КРУПА РИСОВАЯ	7,1		7	0,5	0,1	22,6	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8		8	0,2	0,2	4,2	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3		0	2,4	0	21,7	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7		1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180		180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15		15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7		166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛСКИЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>							<b>642,7</b>
<b>21,4</b>							<b>90,8</b>
<b>23,3</b>							<b>642,7</b>
<b>21,4</b>							<b>90,8</b>

Утверждаю  
 Директор  
 Локманов А.Т.

# МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Тяжесть, г	
ИКРА СВЕКОЛЫНАЯ	100	100	4,9	8,6	10,1	130,0	
СВЕКЛА	100	75	1,1	0,1	6,4	30,6	
ЛЮК ПЕЧАТЫЙ	21,4	18	0,3	0	1,5	7,2	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	11	11	0,5	0	2	10,9	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17	17	0	0	0	0,0	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,45	0	0	0	0,0	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	220	220	8,2	5,0	52,7	288,8	
МАСЛО СЛАДО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	77	77	8,2	1	52,7	252,5	
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132	0	0	0	0,0	
КОТЛЕТА ОСОБАЯ	40	40	5,6	12,1	0,2	132,4	
ГОВЯДИНА Б/К	37,8	31,93	5,7	4,9	0	67,5	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ СОРТ БОЛ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6	6	0,5	0,2	3	15,2	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,4	6,4	0	0	0	0,0	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3	0,3		15,3	62,2	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1	
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0	
ХЛЕБ СЕЛСКИЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>21,3</b>	<b>25,9</b>	<b>93,4</b>	<b>684,4</b>	

Утверждено

Директор

Локманов А.Т.

# МЕНЮ

## 5-11 класс

### ДЕНЬ 8

**Утверждаю**

Директор  
Локманов А.Т.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	150	15,6	21,2	26,8	359,1
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	3	3	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	80,2	73	12,9	13	0	168,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0	7,8	0	69,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,1	0	0,7	3,2
МОРКОВЬ	10,7	8	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КРУПА РИСОВАЯ	35,4	35	2,4	0,4	25,1	113,1
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	250	3,2	2,6	33,7	151,0
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,4
КАРТОФЕЛЬ	76,9	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	13,3	10	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	12,3	8	0,2	0	0,5	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛСКИЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>21,4</b>	<b>24,0</b>	<b>90,9</b>	<b>643,3</b>
			<b>21,4</b>	<b>24,0</b>	<b>90,9</b>	<b>643,3</b>



## МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 9

Энергетическая ценность, ккал	Химический состав	Наименование блюда		
		Выход	Брутто, г	Нетто, г

## Завтрак

318,7	53,8	3,4	9,2	210	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	
258,2	53,3	1,1	9	80,9	81,7	КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ
0,0	0	0	0	145,5	145,5	ВОДА ПИТЬЕВАЯ
0,0	0	0	0	2,1	2,1	СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ
0,0	0,1	6,4	0	8	8	МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ
62,2	15,3	0,3	200/15	1,7	1,7	ЧАЙ С САХАРОМ
4,1	0,7	0	0,3	1,7	1,7	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ
0,0	0	0	0	180	180	ВОДА ПИТЬЕВАЯ
58,1	14,6	0	0	15	15	САХАР ПЕСОК
0,0	0	0	0	166,7	166,7	ВОДА ПИТЬЕВАЯ
71,0	15,1	0,2	2,3	30	30	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ
71,0	15,1	0,2	2,3	30	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ
259,0	8,8	20,4	10,1	80	80	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ
232,8	8,8	17,5	10,1	100	100	ПОЛУФАБР. КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ
26,2	0	2,9	0	3	3	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ
710,9	93,0	24,0	21,9			
710,9	93,0	24,0	21,9			ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:

Утверждаю

Директор  
Локманов А.Т.

# МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г				

## Завтрак

ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,4	9,9	7,6	98,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	0,9	0,1	2,3	13,6
КАРТОФЕЛЬ	46,2	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	13,3	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	0	4	0	36,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	0	0	0	0,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7,5	4,9	47,9	265,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	0	4	0	36,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	70	7,5	0,9	47,9	229,5
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,7	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	0	0	0	0,0
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	11,0	11,4	9,5	183,6
РЫБА МИНТАЙ С/М Б/Г	76,4	8,4	0,5	0	38,4
МОРКОВЬ	21,3	0,2	0	1,1	5,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН МЯКА ВЫСШ СОРТ	10	0,8	0,3	4,9	25,4
ОБОЛ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	0,1	0	0,7	3,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	2	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МЯКА ВЫСШ СОРТ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>					
		23,5	26,4	95,4	680,6
		23,5	26,4	95,4	680,6

Утверждено

Директор  
Локманов А.Т.

# МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 11

## Завтрак

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Целлюлоза, г	
КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	210	210	12,5	10,7	53,4	320,6	
КРУПА ОВСЯНАЯ	52,3	51,5	6,1	3	29,7	170,8	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0	0	0	0,0	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,5	97,5	2,7	2,3	4,6	51,1	
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,8	6,8	0	5,4	0,1	49,4	
КОТЛЕТА ОСОБАЯ	40	40	5,6	12,1	0,2	132,4	
ГОВЯДИНА Б/К	37,8	31,93	5,7	4,9	0	67,5	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МЯКА ВЫШШ СОРТ	6	6	0,5	0,2	3	15,2	
ОВОС. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	6,4	6,4	0	0	0	0,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,4	6,4	0	0	0	0,0	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6	
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ	30	30	0,7	1,1	6,8	57,4	
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	200/15	0,3		15,3	62,2	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0	
ХЛЕБ СЕЛСКИЙ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОВОЙ МЯКА	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ВЫШШ СОРТ							
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>21,4</b>	<b>24,1</b>	<b>90,8</b>	<b>643,6</b>	

Утверждено

Директор

Локманов А.Т.

# МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 12

## Завтрак

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Целлюлоза, г	
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,3	1,1	4,9	50,9		
КАРТОФЕЛЬ	23,1	15	0,3	0,1	2,3	11,3	
СВЕКЛА	16	12	0,2	0	1,1	4,9	
МОРКОВЬ	12	9	0,1	0	0,6	3,1	
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,7	9	0,1	0	0,7	3,6	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	7,7	23,5	148,0		
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0	
КАРТОФЕЛЬ	230,8	150	2,9	0,6	23,8	112,0	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	
КНЕПЛИ КУРНИК С РИСОМ	80	14,6	14,3	32,0	310,6		
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	83,5	76	13,4	13,6	0	175,5	
КРУПА РИСОВАЯ	7,1	7	0,5	0,1	5	22,6	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	0,2	0,4	4,2	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3		15,3	62,2		
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0	
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0	
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	2,3	0,2	15,1	71,0		
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>21,4</b>	<b>23,3</b>	<b>90,8</b>	<b>642,7</b>		

Утверждено

Директор

Локманов А.Т.