

Утверждаю
 Директор ООО "ООО" Меркурий"
 Подин А.В.



Недельное меню для обучающихся в общеобразовательных организациях

1 день 1 неделя						
1-4классы						
Рецептура	Наименование блюд	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углевод ы,г	Калор ийнос ть,кка л
№45	Салат из свеж капусты	60	0,780	1,940	3,870	38
№26 6	Бифштекс руб	90	15,070	20,480	14,810	252
291	Каша перловая рассыпчатая	150	4,300	4,550	35,880	203
№37 6	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
Итого по питанию:			23,960	27,410	87,790	648
5-11классы						
№30 4	Каша перловая рассыпчатая с маслом	180/5	5,160	5,460	43,060	244
№26 6	Бифштекс руб	90	15,070	20,480	14,810	252
№37 6	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
	Хлеб сельский,	20	1,000	0,200	9,000	44
Итого по питанию:			23,480	27,440	83,560	659
ГПД:						
№13	Суп картофельный с бобовыми	250	5,450	5,270	16,530	86
	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого по питанию:			8,260	5,510	40,760	197
2 ден: 1 неделя						

1-4классы

№52	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56
338	Фрукты	100	0,400	0,400	7,350	47
3291 №37	Плов из птицы	50/150	14,510	14,720	28,340	364
6	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
Итого по питанию:			19,575	19,213	80,500	622

5-11классы

№37	Рассольник Ленинградский со сметаной и фрикадельками	250/10/26	2,10	5,11	16,59	120,75
6	Чай с сахаром	200/8	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,24	14,76	71,00
	Хлеб сельский	20	1,000	0,200	9,000	44
Итого по питанию:			9,81	10,65	73,52	440,05

ГПД:

	Каша пшеничная молочная	150/5	8,55	7,23	41,17	270,50
	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб пшеничный	40	3,173	0,32	19,68	94,66
Итого по питанию:			12,253	7,550	70,320	405

3 день 1 неделя

1-4классы

№62	Фрукты	100	0,40	0,40	7,35	47,00
№20 3	Макаронные изделия отварные	150	5,100	4,468	28,500	187
№29 5	Котлеты рубленые из брл-цыплят	90	12,520	24,050	12,640	317
№37 8	Чай с сахаром	200/8	0,53	0,000	9,470	40,000
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
Итого по питанию:			21,830	29,358	81,720	706

5-11классы

№20 3	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,120	5,362	34,200	224
№29 5	Котлеты рубленые из брок-цыплят	90	12,520	24,050	12,640	317
№37 8	Чай с сахаром	200/8	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00
	Хлеб сельский	20	1,000	0,200	9,000	44
Итого по питанию:			22,450	29,850	80,070	696

гпд:

Дел и	Борщ (вегет)из свежей капусты со сметанной	250/10	1,550	1,870	9,330	57
Дел и	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66
Итого по питанию:			5,120	2,190	38,480	191

4 день 1 неделя

1-4классы

Дел и	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56
2 сбор	Пюре картофельное	150	3,090	8,282	22,000	172
№25 6	Биточки рыбные	80	6,450	4,250	7,490	116
№37	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб сельский,1с	20	1,000	0,200	9,000	44
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
Итого по питанию:			14,205	16,625	74,300	499

5-11классы

330	Пюре картофельное	180/5	3,708	9,930	26,396	224
413 Д	Сосиска отварная	50	3,7	5,45	0,4	54
Дел и,20	Чай с сахаром	200/8	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб сельский	20	1,00	0,20	9,00	44,00
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
Итого по питанию:			11,210	15,820	60,026	433

гпд:

	Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	8,55	7,23	41,17	270,50
	Чай с сахаром	200/6	0,530	0,000	9,470	40
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66
Итого по питанию:			12,120	7,550	70,320	405

5 день 1 неделя

1-4классы

№52	Дел	Салат из моркови	60	0,86	3,65	11,58	56,00
№280		Фрикадельки в соусе	55/50	8,330	7,743	3,194	175
291		Каша перловая рас	150/5	4,300	4,550	35,880	203
6	Дел	Чай с сахаром	200/8	0,530	0,000	9,470	40
		Хлеб сельский, 1с	20	1,000	0,200	9,000	44
		Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
Итого по питанию:			17,300	16,390	83,880	589	

5-11классы

№52	Дел	Салат из моркови	100	1,43	6,09	19,30	93,00
№280		Фрикадельки в соусе	55/50	8,330	7,743	3,194	175
№171		Каша перловая рассыпчатая	180/5	5,160	5,460	43,060	244
№376		Чай с сахаром	200/8	0,53	0,00	9,47	40,00
		Хлеб сельский	20	1,00	0,20	9,00	44,00
		Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71
Итого по питанию:			18,725	19,731	98,784	667	

ГПД:

№138		Суп картофельный с бобовыми	250	5,450	5,270	16,530	86
Дел	и,20	Чай с сахаром	200/8	0,53	0,00	9,47	40,00
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66
Итого по питанию:			9,020	5,590	45,680	220	

6 день 1 недели

1-4классы

№52		Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56
		Сосиска отварная	50	3,700	5,450	0,400	54

	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,100	4,468	28,500	187
№203	Чай с сахаром	200/8	0,200		13,700	56
№689	Хлеб пшеничный	50	2,85	0,3	18,45	88,75
Итого по питанию:			12,705	13,871	72,630	442

5-11классы

	Сосиска отварная	50	3,700	5,450	0,400	54
№203	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,120	5,360	34,200	224
№689	Чай с сахаром	200/8	0,200		13,700	56
	Фрукты	100	0,400	0,400	7,350	47
	Хлеб пшеничный	40	4,56	0,48	29,52	142
Итого по питанию:			14,980	11,690	85,170	523