

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."

(подпись)



Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



### Меню предлагаемых блюд стоимостью 161 руб.

20

Понедельник

Первая

7-11 лет

меню выбора

День 1:

Неделя:

Возрастная категория:

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	150	23,89	11,4	15,3	30,1	312,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,12	2,6	0,4	17,0	84,1
2008		ЙОГУРТ	115	40,00	4,4	2,9	14,1	102,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>505</b>	<b>70,4</b>	<b>18,4</b>	<b>18,6</b>	<b>70,9</b>	<b>538,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	11,59	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРОЙ	200	60,12	14,2	18,9	57,2	468,5
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>710</b>	<b>90,59</b>	<b>23,6</b>	<b>26,1</b>	<b>100,5</b>	<b>751,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>42,0</b>	<b>44,7</b>	<b>171,4</b>	<b>1 290,4</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория:

12 лет и старше

Завтрак

2008	210	МАКАРОНЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ	200	32,14	15,7	18,5	40,1	400,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>54,69</b>	<b>19,4</b>	<b>19,3</b>	<b>80,8</b>	<b>590,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20,00	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250	11,59	7,5	6,9	18,9	172,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРОЙ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	64,21	15,2	19,8	58,1	484,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	5,36	0,1	0,0	16,6	68,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>106,31</b>	<b>27,5</b>	<b>27,3</b>	<b>123,1</b>	<b>871,4</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>46,9</b>	<b>46,6</b>	<b>203,9</b>	<b>1 461,7</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."

Е.В. Голубых  
(подпись)

Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.



И.А. Смирнов

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.

20

меню выбора

День 2:

Вторник

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	20,55	5,3	8,7	25,2	206,0
2008	434	МОЛОКО	200	24,00	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,2
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>67,5</b>	<b>15,5</b>	<b>15,6</b>	<b>70,1</b>	<b>495,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	16,34	6,0	10,3	29,4	240,9
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	58,80	16,6	16,2	50,4	425,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>730</b>	<b>93,55</b>	<b>24,6</b>	<b>26,8</b>	<b>100,3</b>	<b>761,3</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>40,1</b>	<b>42,4</b>	<b>170,4</b>	<b>1 256,7</b>
<b>Балансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория:

12 лет и старше

<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	20,75	11,5	12,5	39,9	327,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	20,51	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>58,7</b>	<b>18,4</b>	<b>18,5</b>	<b>80,0</b>	<b>575,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	12,74	6,0	10,3	29,4	240,9
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	58,80	16,6	16,2	50,4	425,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>102,34</b>	<b>27,0</b>	<b>27,1</b>	<b>114,5</b>	<b>832,2</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>27,4</b>	<b>27,5</b>	<b>124,3</b>	<b>1 407,7</b>
<b>Балансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	

Согласовано:

Директор

МОУ " СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."

(подпись)



Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.

20

меню выбора

День 3:

Среда

Неделя:

Первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	14,12	5,1	5,7	29,8	196,1
2008	434	МОЛОКО	200	24,00	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	8,05	3,3	3,9	22,3	141,3
2008		БАТОН	15	2,37	1,1	0,4	7,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>63,54</b>	<b>15,90</b>	<b>15,40</b>	<b>79,02</b>	<b>532,39</b>

Обед

2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	15,83	8,2	15,2	36,4	324,2
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	41,20	10,2	6,1	14,9	159,6
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	27,46	2,9	0,9	27,1	131,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>97,46</b>	<b>23,6</b>	<b>24,3</b>	<b>100,3</b>	<b>734,0</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>39,5</b>	<b>39,7</b>	<b>179,3</b>	<b>1 266,4</b>
<b>Убалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	
<b>Возрастная категория:</b>				<b>12 лет и старше</b>				

Завтрак

2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	19,91	12,9	13,5	39,1	338,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	8,05	3,3	3,9	22,3	141,3
2008		БАТОН	20	3,16	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>48,52</b>	<b>18,10</b>	<b>18,40</b>	<b>91,22</b>	<b>619,33</b>

Обед

2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	15,83	8,2	15,2	36,4	324,2
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	41,20	10,2	6,1	14,9	159,6
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	33,73	6,1	4,6	41,2	236,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,2
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>880</b>	<b>112,48</b>	<b>29,3</b>	<b>28,2</b>	<b>127,1</b>	<b>903,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>47,4</b>	<b>46,6</b>	<b>218,3</b>	<b>1522,8</b>
<b>Убалансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласовано:  
 Директор  
 МОУ " СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."

(подпись)



Утверждаю  
 Директор  
 ИП Смирнов И.А. Смирнов  
 (подпись)



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

меню выбора

День 4: Четверг  
 Неделя: Первая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/20	55,90	17,9	16,2	43,1	400,8
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,72	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		ЯБЛОКО	150	22,50	0,6	0,6	14,7	68,3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>520</b>	<b>82,12</b>	<b>18,5</b>	<b>16,8</b>	<b>67,6</b>	<b>509,3</b>

<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250	17,62	2,1	6,5	23,7	166,2
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАНЫМ	110	32,10	14,2	14,9	27,1	307,9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	8,33	5,4	4,8	34,4	207,8
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>770</b>	<b>78,88</b>	<b>23,8</b>	<b>26,5</b>	<b>110,9</b>	<b>798,7</b>

**Итого за день:** 161,00 42,3 43,3 178,5 1 308,0

**балансированность:** 0,00 1 1 4

**возрастная категория:** 12 лет и старше

<b>автрак</b>								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	47,62	18,7	19,1	64,1	517,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	170	25,20	0,8	0,8	19,6	91,1
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>75,22</b>	<b>19,5</b>	<b>19,9</b>	<b>93,4</b>	<b>648,0</b>

<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250	17,62	2,1	6,5	23,7	166,2
2011	279	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ СОУСОМ СМЕТАНЫМ	100	30,81	14,2	13,6	26,3	292,5
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	9,64	8,0	7,8	56,3	336,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>850</b>	<b>85,78</b>	<b>26,7</b>	<b>28,3</b>	<b>128,3</b>	<b>898,8</b>

**Итого за день:** 161,00 46,2 48,2 221,7 1 546,7

**балансированность:** 0,00 1 1 4

Согласовано:  
 Директор  
 МОУ "СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."



(подпись)

Утверждаю  
 Директор  
 ИП Смирнов И.А.



(подпись)

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

меню выбора

День 5: Пятница  
 Неделя: Первая  
 Возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	14,71	6,8	9,8	32,3	251,5
2008	434	МОЛОКО	180	21,60	5,3	4,6	8,8	100,6
2008		БАТОН	40	6,32	3,0	1,2	20,6	107,4
2008		ЯБЛОКО	130	19,60	0,5	0,5	12,7	58,8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>62,23</b>	<b>15,6</b>	<b>16,1</b>	<b>74,4</b>	<b>518,2</b>

<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	20,34	5,5	4,9	25,6	173,1
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	35,27	16,5	18,6	32,1	372,2
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	22,12	2,9	2,9	21,0	125,0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,03	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>	<b>98,77</b>	<b>27,0</b>	<b>26,8</b>	<b>106,2</b>	<b>795,4</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>42,6</b>	<b>42,9</b>	<b>180,6</b>	<b>1313,6</b>
<b>Балансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

<b>Завтрак</b>								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	23,66	18,1	18,1	45,3	428,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ЯБЛОКО	150	22,50	0,6	0,6	14,7	68,3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>48,56</b>	<b>18,7</b>	<b>18,7</b>	<b>69,7</b>	<b>536,4</b>

<b>Обед</b>								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И СМЕТАНОЙ	250	20,34	5,5	4,9	25,6	173,1
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	35,27	16,5	18,6	32,1	372,2
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	26,49	6,8	6,8	43,4	269,1
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,03	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>830</b>	<b>112,44</b>	<b>31,3</b>	<b>30,8</b>	<b>130,1</b>	<b>948,3</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>161,00</b>	<b>50,0</b>	<b>49,5</b>	<b>199,8</b>	<b>1484,6</b>
<b>Балансированность:</b>				<b>0,00</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласовано:

Директор

ОУ "СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."

(подпись)



Утверждаю

Директор

И.А. Смирнов

(подпись)



И.А. Смирнов

### Меню представляемых блюд стоимостью 161 руб

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

меню выбора

День 6:

Понедельник

Неделя:

Вторая

возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>АВТРАК</b>								
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	18,46	10,1	11,2	26,9	255,9
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,72	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	20,51	5,3	4,1	20,6	144,5
2008		ЯБЛОКО	130	19,50	0,5	0,5	12,7	58,8
того за прием пищи:			535	62,19	15,9	15,8	70,0	499,3

Обед

2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	18,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	16,18	5,3	6,2	48,7	279,1
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,10	12,4	12,6	4,9	188,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	13,65	3,6	4,7	37,7	213,0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
того за прием пищи:			760	98,81	23,2	23,8	116,2	792,9

сего за день:

161,00 39,1 39,6 186,2 1 292,2

балансированность:

0,00 1 1 4

возрастная категория:

12 лет и старше

автрак

2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	23,32	12,9	13,5	37,2	331,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/10	15,78	5,3	4,1	20,6	144,5
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
того за прием пищи:			550	56,50	18,6	18,0	77,3	560,8

Обед

2008	1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	18,00	0,5	0,1	1,5	9,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ФАСОЛЬ)	250	16,18	5,3	6,2	48,7	279,1
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ	100	44,10	12,4	12,6	4,9	188,1
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	18,31	5,9	7,3	37,7	246,7
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,82	0,1	0,0	14,9	61,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,09	2,0	0,4	12,7	63,7
			800	104,50	26,2	26,6	120,4	848,1
				161,00	44,8	44,6	197,7	1 408,9
				0,00	1	1	4	



Согласовано:

Директор

ОУ "СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."

(подпись)

Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)



И.А. Смирнов

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

меню выбора

День 7:

Вторник

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>АВТРАК</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	49,71	15,4	16,7	25,9	324,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	75,01	19,6	18,6	71,1	544,9

**Обед**

2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	17,81	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	32,57	13,8	15,4	32,8	334,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	18,01	2,5	0,8	24,3	117,3
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,03	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			760	83,99	25,8	26,7	112,9	817,0
Итого за день:				159,00	45,4	45,3	184,0	1 361,8
балансированность:				2,00	1	1	4	

**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 137 руб.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

**автрак**

2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	45,08	15,4	17,2	34,8	365,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			530	70,38	19,6	19,1	80,0	586,0

**Обед**

2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	17,81	7,1	8,3	26,9	216,6
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100	32,57	13,8	15,4	32,8	334,3
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	21,61	4,0	2,1	41,2	204,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			800	90,62	27,7	27,9	122,8	876,5
Итого за день:				161,00	47,3	47,0	202,8	1 462,5
балансированность:				0,00	1	1	4	

Согласовано:

Директор

МОУ "СОШ № 6 им. Героев Советского Союза В.П. Грицкова."

(подпись)



Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



### Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.

«        »        20

меню выбора

День 8:

Среда

неделя:

Вторая

возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>АВТРАК</b>								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	13,34	7,4	10,2	25,2	228,5
2008	434	МОЛОКО	200	24,00	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	60,24	17,6	17,1	70,1	518,6

**Обед**

2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	18,30	2,0	5,8	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	45,83	18,6	14,2	44,8	392,0
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	9,02	3,2	3,8	36,1	196,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	91,56	25,8	24,1	112,4	790,8
Итого за день:				151,80	43,4	41,2	182,5	1 309,4
Балансированность:				0,00	1	1	4	

возрастная категория:

12 лет и старше

**автрак**

2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,69	11,5	12,5	37,2	315,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	20,51	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	120	18,00	0,5	0,5	11,8	54,6
Итого за прием пищи:			575	57,60	18,48	18,58	79,26	573,53

**Обед**

2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	18,30	2,0	5,8	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	45,83	18,6	14,2	44,8	392,0
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	11,56	5,3	6,9	36,2	234,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	103,40	28,3	27,3	114,0	837,3
Итого за день:				161,00	46,8	45,9	193,3	1 410,8
Балансированность:				0,00	1	1	4	



Согласовано:

Директор

ОУ "СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."

(подпись)



Утверждаю:

Директор

ИП Смирнов И.А.

(подпись)

И.А. Смирнов



**Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.**

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

меню выбора

День 9:

Четверг

Неделя:

Вторая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>АВТРАК</b>								
2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	36,15	14,7	16,3	25,5	316,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		МАНДАРИН	120	34,77	1,0	0,2	9,0	43,0
Итого за прием пищи:			500	73,32	15,7	16,5	44,2	399,2

**Обед**

2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	12,00	0,5	0,1	1,0	7,1
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	15,16	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	200	51,37	18,1	17,5	48,4	435,4
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,03	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,12	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			730	87,68	26,4	27,5	111,2	819,9
Итого за день:				161,00	42,1	44,0	155,4	1 219,1
Балансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория:

12 лет и старше

**автрак**

2011	222	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	180	38,70	14,7	16,3	33,6	349,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		БАТОН	40	6,32	3,0	1,2	20,6	107,4
2008		ЯБЛОКО	130	19,50	0,5	0,5	12,7	58,8
Итого за прием пищи:			550	66,92	18,2	18,0	76,6	555,5

**Обед**

2008	2	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	20,00	1,4	0,2	8,3	41,6
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	15,16	5,1	9,4	28,1	223,5
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ	200	51,37	18,1	17,5	48,4	435,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	5,15	3,3	0,4	21,2	104,6
Итого за прием пищи:			800	94,08	27,9	27,5	115,7	844,9
Итого за день:				161,00	46,1	45,5	192,3	1 400,5
Балансированность:				0,00	1	1	4	

