Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Сыр (порциями)	15	13,28	58	3,69	4,74		0,01	0,04	0,09	0,09
Каша вязкая молочная пшенная (с маслом)	155	11,72	230	6,38	8,16	32,71	0,10	0,04	0,71	0,36
Кофейный напиток с молоком	200	9,97	101	3,17	2,68	15,95	0,04	0,02	1,30	
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Яблоки	100	14	44	0,40	0,40	9,80	0,03		165,00	0,20
Итого -	**510**	**51,84**	**629**	**22,14**	**17,58**	**95,46**	**0,45**	**0,10**	**167,10**	**1,95**
Обед										
Салат из белокочанной капусты	60	3,44	36	0,79	1,95	3,88	0,01		10,26	5,06
Суп картофельный с горохом	200	4,68	133	6,68	4,60	16,28	0,15	97,20	4,76	
Макароны отварные	150	8,34	197	5,40	4,90	32,80	0,06	18,40		
Котлеты из курицы с соусом	90	32,26	259	18,88	18,45	4,51	0,09	0,07	1,56	0,33
Напиток из плодов шиповника	200	8,52	88	0,68	0,28	20,76	0,01		100,00	0,76
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**760**	**61,54**	**906**	**40,13**	**31,58**	**115,63**	**0,52**	**115,67**	**116,58**	**8,45**
Итого за день	**1270**	**113,38**	**1 535**	**62,27**	**49,16**	**211,09**	**0,97**	**115,7 7**	**283,6 8**	**10,40**

Составитель Директор

Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
УТВЕРЖДАЮ:
Директор
/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Бутерброд с джемом	55	11,31	161	2,42	3,87	29,15	0,04	0,02	0,48	0,39
Каша вязкая молочная овсяная	200	15,38	286	8,60	12,80	34,20	0,21	52,40	0,52	
Чай с лимоном	222	4,49	62	0,13	0,02	15,20			2,83	0,01
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Итого -	**517**	**34,05**	**705**	**19,65**	**18,29**	**115,55**	**0,52**	**52,42**	**3,83**	**1,70**
Обед										
Винегрет с растительным маслом	60	14,74	67	0,60	5,30	4,10	0,01	72,90	2,26	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	9,75	110	4,70	5,66	10,12	0,03	134,60	6,76	
Курица,тушеная в соусе (соус сметанный)	50/50	35,22	162	13,28	10,84	2,90	0,04	0,03	0,35	0,48
Каша рассыпчатая (гречневая, с маслом))	150/10	11,97	280	8,85	9,55	39,86	0,21	0,04		0,50
Компот из смеси сухофруктов	200	5,83	81	0,50		19,80		15,00	0,02	
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**780**	**81,81**	**893**	**35,63**	**32,75**	**114,18**	**0,49**	**222,57**	**9,39**	**3,28**
Итого за день	**1297**	**115,86**	**1 598**	**55,28**	**51,04**	**229,73**	**1,01**	**274,9 9**	**13,22**	**4,98**

Составитель Директор

Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Сыр (порциями)	30	26,56	115	7,38	9,48		0,02	0,08	0,18	0,18
Сырники из творога	100	38,5	291	17,16	19,82	11,11	0,05	0,09	0,24	2,69
Молоко сгущенное	20	7,89	329	7,20	8,50	56,00	0,06		1,00	0,20
Какао с молоком	200	9,12	119	4,08	3,54	17,58	0,06	0,02	1,59	
Хлеб пшеничный	50	3,58	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Яблоки	100	14	44	0,40	0,40	9,80	0,03		165,00	0,20
Итого -	**500**	**99,65**	**1094**	**44,72**	**43,34**	**131,49**	**0,49**	**0,19**	**168,01**	**4,57**
Обед										
Салат из свеклы отварной	60	2,99	46	0,80	2,70	4,60	0,01	0,68	2,28	
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,49	95	2,15	2,27	13,96	0,09		6,60	1,14
Котлеты рыбные (треска) с соусом	90	28,96	87	16,68	0,65	3,81	0,11	0,01	2,56	1,03
Картофельное пюре	200	15,82	194	4,10	8,10	26,40	0,16	42,80	13,60	
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	8,74	115	0,16	0,16	27,88	0,01		0,90	0,08
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**810**	**65,3**	**730**	**31,59**	**15,28**	**114,05**	**0,58**	**43,49**	**25,94**	**4,55**
Итого за день	**1310**	**164,95**	**1824**	**76,31**	**58,62**	**245,54**	**1,07**	**43,68**	**193,95**	**9,12**

Составитель Директор Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Бутерброд с сыром	50	18,1	158	6,01	8,34	14,83	0,04	0,06	0,09	0,49
Каша "Дружба"	150	8,53	127	3,70	4,40	17,90	0,05	20,40	0,40	
Чай с сахаром	200/15	1,85	60	0,07	0,02	15,00			0,03	
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Апельсины	100	13,5	38	0,90	0,20	8,10	0,04		60,00	0,20
Итого -	**555**	**44,85**	**579**	**19,18**	**14,56**	**92,83**	**0,40**	**20,46**	**60,52**	**1,99**
Обед										
Салат из моркови с яблоками	60	5,3	24	0,64	0,10	5,11	0,03		2,63	0,21
Щи из свежей капусты с картофелем	200	5,31	72	1,41	3,96	6,32	0,05		12,62	1,88
Тефтели из говядины с сметанным соусом	90	32,1	141	8,73	8,6	7,11	0,01		1,19	
Каша рассыпчатая (гречневая, с маслом))	150/10	11,97	280	8,85	9,55	39,86	0,21	0,04		0,50
Компот из кураги	200	8,95	67	1,00	0,10	15,70	0,01	70,00	0,32	
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**770**	**67,93**	**777**	**28,33**	**23,71**	**111,50**	**0,51**	**70,04**	**16,76**	**4,89**
Итого задень	**1325**	**112,78**	**1 356**	**47,51**	**38,27**	**204,33**	**0,91**	**90,50**	**77,28**	**6,88**

Составитель Директор Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Сыр (порциями)	15	13,28	58	3,69	4,74		0,01	0,04	0,09	0,09
Каша рассыпчатая (гречневая, с маслом))	150/10	11,97	280	8,85	9,55	39,86	0,21	0,04		0,50
Какао с молоком	200	9,12	119	4,08	3,54	17,58	0,06	0,02	1,59	
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Яблоки	100	14	44	0,40	0,40	9,80	0,03		165,00	0,20
Итого -	**515**	**51,24**	**697**	**25,52**	**19,83**	**104,24**	**0,58**	**0,10**	**166,68**	**2,09**
Обед										
Салат из белокочанной капусты	60	3,44	36	0,79	1,95	3,88	0,01		10,26	5,06
Рассольник ленинградский	210	15,34	132	4,98	6,09	14,30	0,07	109,20	5,82	
Плов с курицей	150	43,81	236	20,50	6,00	24,90	0,06	110,00	1,78	
Чай с лимоном	200/15/7	4,49	62	0,13	0,02	15,20			2,83	0,01
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**702**	**71,38**	**659**	**34,10**	**15,46**	**95,68**	**0,34**	**219,20**	**20,69**	**7,37**
Итого за день	**1217**	**122,62**	**1 356**	**59,62**	**35,29**	**199,92**	**0,92**	**219,3 0**	**187,3 7**	**9,46**

Составитель Директор

Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор /Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Бутерброд с сыром	50	18,1	158	6,01	8,34	14,83	0,04	0,06	0,09	0,49
Каша вязкая молочная из риса (с маслом и сахаром)	200/10/10	18,44	294	6,00	10,85	42,95	0,06	0,05	0,96	0,23
Кофейный напиток с молоком	200	9,97	101	3,17	2,68	15,95	0,04	0,02	1,30	
Хлеб пшеничный	20	1,43	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Яблоки	100	14	44	0,40	0,40	9,80	0,03		165,00	0,20
Итого -	**581**	**61,94**	**793**	**24,08**	**23,87**	**120,53**	**0,44**	**0,13**	**167,35**	**2,22**
Обед										
Салат из белокочанной капусты	60	3,44	36	0,79	1,95	3,88	0,01		10,26	5,06
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,49	95	2,15	2,27	13,96	0,09		6,60	1,14
Тефтели из говядины с сметанным соусом	90	32,1	141	8,73	8,6	7,11	0,01		1,19	
Каша рассыпчатая (гречневая, с маслом))	150/10	11,97	280	8,85	9,55	39,86	0,21	0,04		0,50
Компот из смеси сухофруктов	200	5,83	81	0,50		19,80		15,00	0,02	
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**770**	**62,13**	**826**	**28,72**	**23,77**	**122,01**	**0,52**	**15,04**	**18,07**	**9,00**
Итого за день	**1351**	**124,07**	**1 619**	**52,80**	**47,64**	**242,54**	**0,96**	**15,17**	**185,4 2**	**11,22**

Составитель Директор Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор /Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Сыр (порциями)	30	26,56	115	7,38	9,48		0,02	0,08	0,18	0,18
Сырники из творога	100	38,5	291	17,16	19,82	11,11	0,05	0,09	0,24	2,69
Молоко сгущенное	20	7,89	329	7,20	8,50	56,00	0,06		1,00	0,20
Чай с сахаром	200/15	1,85	60	0,07	0,02	15,00			0,03	
Апельсины	100	13,5	38	0,90	0,20	8,10	0,04		60,00	0,20
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Итого -	**505**	**91,17**	**1029**	**41,21**	**39,62**	**127,21**	**0,44**	**0,17**	**61,45**	**4,57**
Обед										
Салат из моркови с яблоками	60	5,3	24	0,64	0,10	5,11	0,03		2,63	0,21
Суп картофельный с горохом	200	4,83	134	6,68	4,60	16,28	0,14	97,20	4,76	
Котлеты из курицы с соусом	90	32,26	259	18,88	18,45	4,51	0,09	0,07	1,56	0,33
Каша рассыпчатая (пшеничная, с маслом))	150/10	10,9	280	8,85	9,55	39,86	0,21	0,04		0,50
Компот из кураги	200	8,95	67	1,00	0,10	15,70	0,01	70,00	0,32	
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**770**	**66,54**	**957**	**43,75**	**34,20**	**118,86**	**0,68**	**167,31**	**9,27**	**3,34**
Итого за день	**1275**	**157,71**	**1986**	**84,96**	**73,82**	**246,07**	**1,12**	**167,48**	**70,72**	**7,91**

Составитель Директор Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ. «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Масло (порциями)	10	7	66	0,08	7,25	0,13		0,04		0,11
Каша вязкая молочная пшенная (с маслом)	150/5	11,72	230	6,38	8,16	32,71	0,10	0,04	0,71	0,36
Чай с лимоном	200/15/7	4,49	62	0,13	0,02	15,20			2,83	0,01
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Яблоки	100	14	44	0,40	0,40	9,80	0,03		165,00	0,20
Итого -	**527**	**40,08**	**598**	**15,49**	**17,43**	**94,84**	**0,40**	**0,08**	**168,54**	**1,98**
Обед										
Салат из свеклы отварной	60	2,99	46	0,80	2,70	4,60	0,01	0,68	2,28	
Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	200	6,25	121	4,94	6,22	11,24	0,04	106,46	6,42	
Котлеты рыбные (треска) с соусом	90	28,96	87	16,68	0,65	3,81	0,11	0,01	2,56	1,03
Картофельное пюре	200	15,82	194	4,10	8,10	26,40	0,16	42,80	13,60	
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	8,74	115	0,16	0,16	27,88	0,01		0,90	0,08
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**810**	**67,06**	**756**	**34,38**	**19,23**	**111,33**	**0,53**	**149,95**	**25,76**	**3,41**
Итого за день	**1337**	**107,14**	**1 354**	**49,87**	**36,66**	**206,17**	**0,93**	**150,0 3**	**194,3 0**	**5,39**

Составитель Директор

Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Бутерброд с маслом	40	9,15	136	2,36	7,49	14,89	0,03	0,04		0,44
Каша "Дружба"	150	8,53	127	3,70	4,40	17,90	0,05	20,40	0,40	
Какао с молоком	200	9,12	119	4,08	3,54	17,58	0,06	0,02	1,59	
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Апельсины	100	13,5	38	0,90	0,20	8,10	0,04		60,00	0,20
Итого -	**530**	**43,17**	**616**	**19,54**	**17,23**	**95,47**	**0,45**	**20,46**	**61,99**	**1,94**
Обед										
Винегрет с растительным маслом	60	14,74	67	0,60	5,30	4,10	0,01	72,90	2,26	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	9,75	110	4,70	5,66	10,12	0,03	134,60	6,76	
Курица,тушеная в соусе (соус сметанный)	50/50	35,22	162	13,28	10,84	2,90	0,04	0,03	0,35	0,48
Макароны отварные	150	8,34	197	5,40	4,90	32,80	0,06	18,40		
Компот из смеси сухофруктов	200	5,83	81	0,50		19,80		15,00	0,02	
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**770**	**78,18**	**810**	**32,18**	**28,10**	**107,12**	**0,34**	**240,93**	**9,39**	**2,78**
Итого за день	**1300**	**121,35**	**1 426**	**51,72**	**45,33**	**202,59**	**0,79**	**261,3 9**	**71,38**	**4,72**

Составитель Директор Рубцова Оксана Олеговна

Согласовано Директор

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор /Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ

Дата_____

Дети от 7 от 11 лет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины			
							B1	A	C	E
Завтрак										
Сыр (порциями)	15	13,28	58	3,69	4,74		0,01	0,04	0,09	0,09
Каша жидкая молочная (рисовая, с маслом)	150/5	11,88	185	3,76	7,91	24,67	0,04	0,04	0,86	0,16
Кофейный напиток с молоком	200	9,97	101	3,17	2,68	15,95	0,04	0,02	1,30	
Хлеб пшеничный	40	2,87	196	8,50	1,60	37,00	0,27			1,30
Яблоки	100	14	44	0,40	0,40	9,80	0,03		165,00	0,20
Итого -	**510**	**52**	**584**	**19,52**	**17,33**	**87,42**	**0,39**	**0,10**	**167,25**	**1,75**
Обед										
Салат из белокочанной капусты	60	3,44	36	0,79	1,95	3,88	0,01		10,26	5,06
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,49	95	2,15	2,27	13,96	0,09		6,60	1,14
Жаркое по-домашнему с курицей	200	43,31	321	20,06	19,05	17,32	0,14	0,02	9,53	9,12
Чай с лимоном	200/15/7	4,49	62	0,13	0,02	15,20			2,83	0,01
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,3	193	7,70	1,40	37,40	0,20			2,30
Итого -	**742**	**60,03**	**707**	**30,83**	**24,69**	**87,76**	**0,44**	**0,02**	**29,22**	**17,63**
Итого за день	**1252**	**112,03**	**1 291**	**50,35**	**42,02**	**175,18**	**0,83**	**0,12**	**196,4 7**	**19,38**

Составитель _____ Директор Рубцова Оксана Олеговна

(должность) (подпись) (ФИО)

_____

(должность) (подпись) (ФИО)