

СОГЛАСОВАНО

/ Начальник отдела

Территориального отдела

Управления федеральной службы

по надзору в сфере защиты прав

потребителей и благополучия человека

по Самарской области в 1-м Отрядном



Е.Н. Исупова



Генеральный директор

ОАО «Общепит»

«Общепит»

Информационно-консультационный центр

Самарская область

Черкезова С.А.

Примерное циклическое меню для школьных столовых на 2020-2021 учебный год

СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево

ГБОУ СОШ

№1

Похвистнево

Самарская область

ГБОУ СОШ

№1

Похвистнево

Самарская область

ГБОУ СОШ

№1

Похвистнево

Самарская область

ГБОУ СОШ

№1

Похвистнево

Самарская область

ГБОУ СОШ

№1

Похвистнево

Самарская область

ГБОУ СОШ

№1

Похвистнево

Самарская область

Гайнанова В.Р.

СОГЛАСОВАНО

Член общешкольного

родительского комитета

ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево,

член бракеражной комиссии

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Короткова Л.Н.

Таблица 1

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
2 день				Б	Ж	У	
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Помидора свежая	37	2-33	1,1	0,2	3,8	24
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			67-00	9,91	6,83	131,53	582,4
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
2 день				Б	Ж	У	
	Суп гороховый с курицей	200/25	15-29	4,6	1,6	9	66,2
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Помидора свежая	16	1-04	1,1	0,2	3,8	24
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
Всего			71-00	14,51	6,43	140,53	648,60
2 день							
ОВЗ							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Каша гречневая, молочная	200/10	17-53	4	3,7	12,8	98,2
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Кисель из концентрата	200	4-50	4,9	5	32,5	190
	Сыр	35	17-85	4,6	5,8	-	72
Всего			57-58				
Обед	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Суп гороховый с курицей	200/25	15-29	4,6	1,6	9	66,2
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	200	18-63	2,19	3,37	14,79	98
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
	Помидора свежая	52	3-30	1,1	0,2	3,8	24
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
Всего			77-92				
			135-50	30,41	35	204,02	1194,95
2 день							
Кадеты							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Каша гречневая, молочная	200/10	17-53	4	3,7	12,8	98,2
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Кисель из концентрата	200	4-50	4,9	5	32,5	190
Всего			39-73				
Обед	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Суп гороховый с курицей	200/25	15-29	4,6	1,6	9	66,2
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	200	18-63	2,19	3,37	14,79	98
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			74-62				
			114-35	24,71	29,0	200,22	1098,95

Таблица 1

1-4 класс	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
1 смена				Б	Ж	У	
3 день							
	Запеканка рисовая, джем	200/30	18-34	3,3	6,3	20,8	147,8
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Мандарин	200	19-14	0,6	-	24,6	104
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			57-00	6,37	18,39	78,59	497,95
1-4 класс							
2 смена							
3 день							
	Рассольник «Ленинградский»	200/5	9-11	1,92	4,4	14,29	107,2
	Жаркое с курицей	50/150	35-37	25,63	17,77	29,42	334,12
	Н-к из шпиковника	200	6-80	0,07	0,02	15	60
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
	Мандарин	150	17-35	0,6	-	24,6	104
Всего			71-00	33,72	23,18	124,79	780,99
3 день							
ОВЗ							
Завтрак							
	Запеканка рисовая, джем	200/30	18-34	3,3	6,3	20,8	147,8
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Мандарин	200	19-14	0,6	-	24,6	104
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			57-00				
Обед							
	Рассольник «Ленинградский»	200/5	9-11	1,92	4,4	14,29	107,2
	Жаркое с курицей	50/150	35-37	25,63	17,77	29,42	334,12
	Н-к из шпиковника	200	6-80	0,07	0,02	15	60
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
	Печенье	100	24-85	8,8	17,1	70	447
Всего			78-50				
			135-50	48,29	58,67	248,78	1621,64
3 день							
Кадеты							
Завтрак							
	Запеканка рисовая, джем	200/30	18-34	3,3	6,3	20,8	147,8
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			37-86				
Обед							
	Рассольник «Ленинградский»	200/5	9-11	1,92	4,4	14,29	107,2
	Жаркое с курицей	50/150	35-37	25,63	17,77	29,42	334,12
	Н-к из шпиковника	200	6-80	0,07	0,02	15	60
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			53-65				
			91-50				

Таблица 1

1-4 класс								
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
4 день				Б	Ж	У		
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45	
	Гречка	150	11-82	9,08	12,08	8,87	184,2	
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52	
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4	
Всего			57-00	24,25	15,62	85,58	462,57	
1-4 класс								
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
4 день				Б	Ж	У		
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68	
	Котлета куриная	75/30	36-28	11	2,8	20,2	150,45	
	Гречка	150	11-82	9,08	12,08	8,87	184,2	
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52	
	Хлеб	45	2-44	3,82	0,66	26,66	106,4	
Всего			71-00	33,15	18,42	104,7	574,25	
4 день								
ОВЗ								
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
				Б	Ж	У		
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128	
	Зеленый горошек		7-58	5	0,2	12,8	73	
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6	
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1	
Всего			34-80					
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
Обед				Б	Ж	У		
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68	
	Котлета куриная	75/30	36-28	11	2,8	20,2	150,45	
	Гречка	150	11-82	9,08	12,08	8,87	184,2	
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52	
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4	
	Огурец свежий		30-00	0,8	0,1	2,5	14	
Всего			100-70					
			135-50	54,03	32,76	158,28	998,95	
4 день								
Кадеты								
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
				Б	Ж	У		
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128	
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6	
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1	
Всего			27-23					
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
Обед				Б	Ж	У		
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68	
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45	
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2	
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52	
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4	
Всего			74-64					
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95	

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
5 день				Б	Ж	У	
	Каша молочная ячневая	200/10	15-37	4,5	8,7	27,4	208,7
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Банан	200	22-11	2,2	0,8	31,5	144
Всего			57-00	9,17	21,59	92,09	598,85
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
5 день				Б	Ж	У	
	Суп куриный с клецками	200/25	17-27	0,16	0,24	20,96	110,4
	Плов с курицей	50/150	40-76	8,71	9,38	21,46	212,74
	Компот из сухофруктов	200	5-00	0,5	-	31,5	124
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
	Огурец соленый		5-84	0,8	0,1	17	13
Всего			71-00	14,05	10,38	117,52	566,54
5 день							
ОВЗ							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Каша молочная ячневая	200/10	15-37	4,5	8,7	27,4	208,7
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Банан	200	22-11	2,2	0,8	31,5	144
Всего							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Суп куриный с клецками	200/25	17-27	0,16	0,24	20,96	110,4
	Плов с курицей	50/150	40-76	8,71	9,38	21,46	212,74
	Компот из сухофруктов	200	5-00	0,5	-	31,5	124
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
	Сок фруктовый	200	13-34	0,6	-	24,6	104
Всего							
			135-50	22,42	23,17	217,21	1256,39
5 день							
Кадеты							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,56	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,67	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

4 класс							
Изм.	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
День				Б	Ж	У	
	Филе мятная жаренное	50/50	37-03	13,73	5,1	3,49	118,2
	Рис отварной	150	10-29	3,6	5,25	38,7	216
	Напиток лимонный	200	7-55	0,16	0,02	24,49	97,1
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			57-00	21,31	11,03	93,28	537,7
5 класс							
Изм.	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
День				Б	Ж	У	
	Салат из моркови с изюмом	75	7-22	0,63	0,07	11,1	47,5
	Щи со свежей капустой	200/5	6-78	41,08	5,99	8,96	97,67
	Филе мятная жаренное	50/50	37-03	13,73	5,1	3,49	118,2
	Рис отварной	150	10-29	3,6	5,25	38,7	216
	Напиток лимонный	200	7-55	0,16	0,02	24,49	97,1
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			71-00	23,92	17,09	113,43	682,87
6 класс							
Изм.	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
День				Б	Ж	У	
	Макароны с сыром	200/10/30	27-76	7	5	23	164
	Н-к кофейный с молоком	200	5-70	3,17	2,67	15,95	101
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Йогурт	100	13-34	2,8	1,5	12	73
Всего							
Обед	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Салат из моркови с изюмом	75	7-22	0,63	0,07	11,1	47,5
	Щи со свежей капустой	200/5	6-78	41,08	5,99	8,96	97,67
	Филе мятная жаренное	50/50	37-03	13,73	5,1	3,49	118,2
	Рис отварной	150	10-29	3,6	5,25	38,7	216
	Напиток лимонный	200	7-55	0,16	0,02	24,49	97,1
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			135-50	32,29	33,33	159,49	1207,02
7 класс							
Изм.	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
День				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			27-23				
8 класс							
Изм.	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
День				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			74-64				
			101-67	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1-1

1-4 класс		Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
1 смена	Наименование блюда			Б	Ж	У	
7 день							
	Яйница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
Всего			57-00	9,13	26,57	53,28	486,15
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
7 день				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Огурец свежий	20	1-65	0,35	0,05	0,95	5,65
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			71-00	27,91	18,48	106,84	687,75
7 день							
ОВЗ							
Завтрак							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Яйница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
Всего							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Печенье	50	9-15	4,4	8,55	35	223,5
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			135-50	41,09	53,44	194,17	1390,75
8 день							
Кадеты							
Завтрак							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			27-23				
Обед							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
8 день				Б	Ж	У	
	Каша пшенная молочная	200/10	15-37	4,42	3,85	20,59	104,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Груша	150	18-25	0,68	0,57	16,15	71,4
Всего			57-00	7,7	17,13	82,81	476,15
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
8 день				Б	Ж	У	
	Суп рисовый с курицей	200/25	16-17	4,52	2,84	13,35	120
	Фрикадельки из говядины	55/50	25-20	28,7	16	1	263
	Спагетти	150	11-18	6,04	4,3	38,83	219
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
	Рблико	150	12-50	0,6	0,6	14,7	70,5
Всего			71-00	43,75	24,42	109,48	838,96
8 день							
ОВЗ	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Завтрак				Б	Ж	У	
	Каша пшенная молочная	200/10	15-37	4,42	3,85	20,59	104,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Груша	150	18-25	0,68	0,57	16,15	71,4
Всего							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Обед				Б	Ж	У	
	Салат из капусты	150	7-00	0,66	1,82	3,23	30,14
	Суп рисовый с курицей	200/25	16-17	4,52	2,84	13,35	120
	Фрикадельки из говядины	55/50	25-20	28,7	16	1	263
	Спагетти	150	11-18	6,04	4,3	38,83	219
	Сок фруктовый	100	16-82	0,6	-	24,6	104
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			135-50	52,04	42,55	190,42	1318,75
8 день							
Кадеты	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Завтрак				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Обед				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
9 день				Б	Ж	У	
	Творожная запеканка со сгущенкой	150/5	45-69	17,1	21,45	29,55	377,85
	Батон	30	1-70	2,28	1,3	18	89,1
	Чай с сахаром	200/15	1-62	0,3	-	35,8	114
	Сыр	15	7-79	4,6	5,8	-	72
Всего			57-00	24,28	28,55	63,35	652,95
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
9 день				Б	Ж	У	
	Борщ	200/5	7-00	2,84	13,35	120,06	96,75
	Поджарка из филе курицы	50/15	38-24	17,8	25,1	2,6	307,6
	Ячма	150	7-25	4,6	5	20,52	145,5
	Компот из сухофруктов	200	5-00	0,5	-	31,5	124
	Помидоры		11-38	1,1	0,2	3,8	24
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			71-00	30,66	44,31	205,14	804,25
9 день							
ОВЗ	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Завтрак				Б	Ж	У	
	Творожная запеканка со сгущенкой	150/5	45-69	17,1	21,45	29,55	377,85
	Батон	30	1-70	2,28	1,3	18	89,1
	Чай с сахаром	200/15	1-62	0,3	-	35,8	114
	Сыр	15	7-79	4,6	5,8	-	72
Всего							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Обед				Б	Ж	У	
	Борщ	200/5	7-00	2,84	13,35	120,06	96,75
	Поджарка из филе курицы	50/15	38-24	17,8	25,1	2,6	307,6
	Ячма	150	7-25	4,6	5	20,52	145,5
	Компот из сухофруктов	200	5-00	0,5	-	31,5	124
	Груша	200	18-88	0,4	0,3	10,3	47
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			135-50	54,24	72,96	294,99	1480,20
6 день							
Кадеты	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Завтрак				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Обед				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	9-77	0,35	0,08	28,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
Всего			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
10 день				Б	Ж	У	
	Котлета рыбная «Любительская»	75/50	35-82	13,73	5,1	3,49	118,2
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Чай с сахаром	200	1-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб	30	1-59	3,82	0,66	26,66	106,4
	Мороженая икра	25	3-80	0,6	0,03	6,17	27,35
Всего			57-00	20,41	9,18	66,11	408,95
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
10 день				Б	Ж	У	
	Соленья	250/20	17-80	4,4	12,03	10,21	166,71
	Котлета рыбная «Любительская»	75/50	35-82	13,73	5,1	3,49	118,2
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Чай с сахаром	200	1-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб	30	1-59	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			71-00	24,21	21,18	70,15	549,31
10 день							
ОВЗ							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Оладьи со сгущенным молоком	150/5	20-82	8,6	7,4	41	260,8
	Кисель из концентрата	200	4-50	4,9	5	32,5	190
	Йогурт	100	15-00	2,8	1,5	12	73
Всего							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Обед				Б	Ж	У	
	Соленья	250/20	17-80	4,4	12,03	10,21	166,71
	Котлета рыбная «Любительская»	75/50	35-82	13,73	5,1	3,49	118,2
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Чай с сахаром	200	1-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб	30	1-59	3,82	0,66	26,66	106,4
	Апельсин	200	24-18	0,9	-	6,4	38
Всего							
			135-50	41,41	35,08	122,39	1111,11
6 день							
Кадеты							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
Обед				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
1 день				Б	Ж	У	
	Сосиски отварные, соус	50/50	16-74	5,6	12,2	0,2	133
	Макароны отварные	150/10	11-18	6,04	4,3	38,83	219
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Йогурт «Кампина»	100	22-79	2,8	1,5	12	73
Всего			57-00	20,01	19,01	107,51	660,37
2 день	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Помидора свежая	37	2-33	1,1	0,2	3,8	24
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			57-00	9,91	6,83	131,53	582,4
3 день	Запеканка рисовая, джем	200/30	18-34	3,3	6,3	20,8	147,8
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Мандарин	200	19-14	0,6	-	24,6	104
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
Всего			57-00	6,37	18,39	78,59	497,95
4 день	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	150	11-82	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
Всего			57-00	24,25	15,62	85,58	462,57
5 день	Каша молочная ячневая	200/10	15-37	4,5	8,7	27,4	208,7
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Банан	200	22-11	2,2	0,8	31,5	144

				57-00	9,17	21,59	92,09	598,85
Всего								
6 день	Филе минтая жаренное	50/50	37-03	13,73	5,1	3,49	118,2	
	Рис отварной	150	10-29	3,6	5,25	38,7	216	
	Напиток лимонный	200	7-55	0,16	0,02	24,49	97,1	
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4	
Всего				57-00	21,31	11,03	93,28	537,7
7 день	Яичница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195	
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1	
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05	
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104	
Всего				57-00	9,13	26,57	53,28	488,15
8 день	Каша пшенная молочная	200/10	15-37	4,42	3,85	20,59	104,6	
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1	
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05	
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114	
	Груша	150	18-25	0,68	0,57	16,15	71,4	
Всего				57-00	7,7	17,13	82,81	476,15
9 день	Творожная запеканка со сгущенкой	150/5	45-69	17,1	21,45	29,55	377,85	
	Батон	30	1-70	2,28	1,3	18	89,1	
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,3	-	35,8	114	
	Сыр	15	7-79	4,6	5,8	-	72	
Всего				57-00	24,28	28,55	83,35	652,95
10 день	Котлета рыбная «Любительская»	75/50	35-82	13,73	5,1	3,49	118,2	
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98	
	Чай с сахаром	200	1-82	0,07	0,02	15	60	
	Хлеб	30	1-59	3,82	0,66	26,66	106,4	
	Морковная икра	25	3-80	0,6	0,03	6,17	27,35	
Всего				57-00	20,41	9,18	66,11	409,95