

ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 11 лет и старше

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БЛИНЧИКИ П/Ф		100	5,82	11,64	20,37	203,70
БЛИНЧИКИ П/Ф	100	100	5,82	11,64	20,37	203,70
ПОВИДЛО		10	0,00	0,00	3,88	15,52
ПОВИДЛО	10	10	0,00	0,00	3,88	15,52
ЙОГУРТ		160	4,80	4,00	17,60	128,00
ЙОГУРТ	160	160	4,80	4,00	17,60	128,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		200	5,03	6,85	28,83	197,69
КРУПА РИСОВАЯ	29,7	29,7	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,5	68,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	101,9	101,9	2,97	3,16	4,65	59,31
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0,00	0,00	2,80	11,25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,8	4,8	0,04	3,40	0,06	31,20
ЧАЙ БЕЗ САХАРА		100	0,12	0,00	0,24	1,45
ЧАЙ	0,6	0,6	0,12	0,00	0,24	1,45
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	98,9	98,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,24	0,28	14,06	66,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,24	0,28	14,06	66,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			20,35	23,10	98,54	679,02
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		100	0,72	8,00	5,38	95,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54	43	0,38	0,00	4,34	18,35
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,55	2,80
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,99	0,00	71,92
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	13	8,45	0,24	0,00	0,49	2,87
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		250	6,98	14,79	14,72	219,66
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,17	0,00	2,02	8,54
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	12	8	0,23	0,00	0,47	2,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ		100	16,06	7,76	0,00	134,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
РЫБА СВЕЖАЯ	130	91	16,06	2,91	0,00	90,92

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	5,40	6,24	38,25	230,03
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	58,2	58,2	5,25	0,62	37,77	177,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,5	138,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7	7	0,06	4,96	0,09	45,49
СОК		200	0,58	0,00	32,01	131,92
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0,58	0,00	32,01	131,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,99	0,37	18,74	88,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,99	0,37	18,74	88,08
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,00	3,92	29,76	166,80
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80
			38,85	41,52	156,94	1 155,75
Полдник						
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ		60	8,60	10,32	14,13	184,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,24	0,28	14,06	66,06
СЫР	25	25	6,31	6,50	0,00	85,60
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,05	3,54	0,07	32,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0,21	0,00	12,08	50,36
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	164,3	164,3	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	12	12	0,00	0,00	11,62	46,56
ЛИМОН	7	4,2	0,02	0,00	0,05	1,39
ЯБЛОКО		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			9,21	10,72	36,01	281,52
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,41	75,34	291,49	2 116,29

зав. столовой

Тимофеев

/ Тимофеев Е.В. /

повар

Брус

/ Брус С.То. /

ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15	0,15	12,45	0,15	112,50
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	15	15	0,14	10,95	0,20	100,50
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		250	11,12	15,11	22,03	268,81
ФРИКАДЕЛКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20,1	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,09	0,00	1,01	4,27
МОРКОВЬ	15,63	12,5	0,16	0,01	0,83	4,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,23	0,00	19,90	83,31
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60
ЛИМОН	10	10	0,04	0,00	0,13	3,30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
ЯБЛОКО		100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
			16,95	28,63	80,78	652,82
Обед						
ИКРА МОРКОВНАЯ		100	1,69	7,84	10,25	119,80
МОРКОВЬ	95,91	76,73	0,97	0,08	5,13	26,05
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21	18	0,16	0,00	1,81	7,68
ТОМАТНАЯ ПАСТА	11	11	0,51	0,00	2,03	10,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17	17	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,88
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ		250	8,22	15,85	15,69	238,16
ФРИКАДЕЛКИ П/Ф	50	50	6,74	12,17	3,30	149,72
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,44	0,00	5,04	21,34

КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,05	3,54	0,07	32,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕЧЕННЫЕ ТЕФТЕЛИ		120	7,61	8,33	5,44	127,30
ТЕФТЕЛИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	4,29	5,41	44,81	245,43
КРУПА РИСОВАЯ	62,3	62,3	4,23	0,60	44,72	201,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,5	131,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,8	6,8	0,06	4,81	0,09	44,19
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,70	0,30	24,40	103,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,08	0,38	19,32	90,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,08	0,38	19,32	90,80
ВАФЛИ		34	0,95	1,12	26,28	120,36
ВАФЛИ	34	34	0,95	1,12	26,28	120,36
			28,31	37,24	163,61	1 103,71
Полдник						
СДОБА		80	17,60	34,29	51,66	934,86
СДОБА	80	80	6,16	12,00	18,08	327,20
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,88	3,64	25,08	148,99
КАКАО	4	4	0,97	0,54	1,16	13,19
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	100	100	2,91	3,10	4,56	58,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60
ЯБЛОКО		100	0,39	0,39	9,51	45,59
ЯБЛОКИ	100	100	0,39	0,39	9,51	45,59
			21,87	38,32	86,25	1 129,44
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,13	104,19	330,64	2 885,97

зав. столовой Дубль /Трубоваловы с.б./

повар Бресс /Бресс с.б./



ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		3,90	4,02	0,00	52,95
СЫР	15	15	3,90	4,02	0,00	52,95
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100		1,64	3,95	6,71	68,72
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	62,5	50	0,73	0,05	4,27	20,37
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	38,6	25	0,73	0,00	1,46	8,49
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,05	0,00	0,50	2,13
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10	10	0,08	0,01	0,17	1,30
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		10,25	8,31	46,52	301,82
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	83	83	10,15	2,66	48,87	269,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7	7	0,06	4,96	0,09	45,49
КОТЛЕТЫ	100		9,22	10,67	7,28	164,90
КОТЛЕТЫ П/Ф	100	100	9,22	10,67	7,28	164,90
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,45	0,00	34,68	140,65
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,45	0,00	11,45	47,53
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	93,12
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,24	0,28	14,06	66,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,24	0,28	14,06	66,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			30,04	27,56	122,81	861,70
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100		1,84	8,63	7,47	115,43
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	105,3	100	1,84	8,63	7,47	115,43
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250		7,61	13,05	20,35	229,48
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
КАРТОФЕЛЬ	133,33	100	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,06	0,00	0,22	1,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00

НАГГЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ		100	18,43	3,88	0,00	106,70
НАГГЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ П/Ф	100	100	18,43	3,88	0,00	106,70
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		180	5,99	4,84	42,23	240,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	61,2	61,2	5,94	0,59	42,15	201,84
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,05	4,25	0,08	38,99
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	1,50	1,30	22,40	107,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,80	0,00	4,17	19,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	50	50	1,46	1,55	2,28	29,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,08	0,38	19,32	90,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,08	0,38	19,32	90,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
КОНФЕТА		30	1,20	1,95	23,10	114,00
КОНФЕТЫ	30	30	1,20	1,95	23,10	114,00
			42,77	34,47	152,95	1 093,04
Полдник						
СДОБА		80	17,60	34,29	51,66	934,86
СДОБА	80	80	6,16	12,00	18,08	327,20
СОК В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		200	0,60	0,00	33,00	136,00
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0,60	0,00	33,00	136,00
			18,20	34,29	84,66	1 070,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			91,01	96,32	360,42	3 025,60

зав. столовой

Туболап

/ Туболап С.Б./

повар

Бриса

/ Бриса С.То/



ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,10	4,60	0,30	63,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15	0,14	10,95	0,20	100,50
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	15	15	0,14	10,95	0,20	100,50
БОРЩ		250	7,37	15,50	17,21	237,43
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
СВЕКЛА	34,38	27,5	0,40	0,03	2,35	11,20
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50	0,44	0,00	5,04	21,34
МОРКОВЬ	15,63	12,5	0,16	0,01	0,83	4,25
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,88	3,25	0,03	0,00	0,33	1,39
КАРТОФЕЛЬ	41,67	31,25	0,61	0,13	4,94	23,34
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,25	3,25	0,16	0,00	0,60	3,22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
СДОБА		80	5,36	4,40	50,40	262,40
СДОБА "РУЛЕТИК" С ПОВИДЛОМ	80	80	5,36	4,40	50,40	262,40
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,69	3,68	15,27	109,42
КАКАО	2	2	0,49	0,27	0,58	6,60
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,80
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	110	110	3,20	3,41	5,01	64,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			26,31	39,75	111,43	907,45
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		300	8,62	14,11	27,46	272,20
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88
КАРТОФЕЛЬ	120	90	1,75	0,35	14,23	67,22
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,16	0,12	8,26	39,58
МОРКОВЬ	15	12	0,16	0,01	0,81	4,07
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	12	0,11	0,00	1,21	5,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	228	228	0,00	0,00	0,00	0,00

РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ)		100	11,74	39,77	0,00	413,51
РЫБА СЕЛЬДЬ ФИЛЕ-КУСОЧКИ "МАТЬЕ"	100	100	11,74	39,77	0,00	413,51
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ		200	3,26	19,97	27,48	302,64
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	200,53	150,4	2,92	0,58	23,78	112,34
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	40	33,6	0,29	0,00	3,39	14,34
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	20	20	0,00	19,38	0,00	174,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32	32	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,23	0,00	19,90	83,31
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60
ЛИМОН	10	10	0,04	0,00	0,13	3,30
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,08	0,38	19,32	90,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,08	0,38	19,32	90,80
ВАФЛИ		34	0,95	1,12	26,28	120,36
ВАФЛИ	34	34	0,95	1,12	26,28	120,36
			31,40	75,84	139,37	1 378,12
Полдник						
БЛИНЧИКИ П/Ф		150	8,73	17,46	30,56	305,55
БЛИНЧИКИ П/Ф	150	150	8,73	17,46	30,56	305,55
ПОВИДЛО		15	0,00	0,00	5,82	23,28
ПОВИДЛО	15	15	0,00	0,00	5,82	23,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	2,24	1,55	17,09	91,54
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	7,8	7,8	0,78	0,00	4,06	19,37
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0,00	0,00	10,75	43,07
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	50	50	1,46	1,55	2,28	29,10
			10,97	19,01	53,47	420,37
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,68	134,60	304,27	2 705,94

зав. столовой

Тибков

/Тибков С.Б./

нов

Брик

/Брик С.А./



ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100		1,84	8,63	7,47	115,43
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	100	100	1,84	8,63	7,47	115,43
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200		7,18	6,14	40,84	248,42
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	68	68	6,60	0,66	46,83	224,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,45	6,45	0,06	4,57	0,08	41,92
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,67	1,67	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	90		15,89	7,73	0,00	133,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
РЫБА СВЕЖАЯ	117	90	15,89	2,88	0,00	89,92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10		0,21	0,00	11,20	45,72
ЧАЙ	1,1	1,1	0,21	0,00	0,45	2,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	179,1	179,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0,00	0,00	10,75	43,07
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			29,77	23,12	87,56	677,79
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЛУКОМ	100		1,09	4,92	6,93	77,03
МОРКОВЬ	91,63	73,3	0,92	0,07	4,91	24,89
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,8	20	0,17	0,00	2,02	8,54
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250		7,52	14,97	18,38	237,87
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
КРУПА ПШЕННАЯ	10	9,9	1,11	0,26	6,76	33,80
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	38	30	0,26	0,00	3,03	12,80
КАРТОФЕЛЬ	33,33	25	0,49	0,10	3,96	18,67
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		10,16	8,24	46,18	299,58
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	83	83	10,15	2,66	48,87	269,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,8	6,8	0,06	4,81	0,09	44,19

КОТЛЕТЫ		100	9,22	10,67	7,28	164,90
КОТЛЕТЫ П/Ф	100	100	9,22	10,67	7,28	164,90
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,09	4,09	16,96	121,45
КАКАО	2,2	2,2	0,53	0,30	0,64	7,26
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0,00	0,00	10,75	43,07
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	122,2	122,2	3,56	3,79	5,57	71,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,9	88,9	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,99	0,37	18,74	88,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,99	0,37	18,74	88,08
КОНФЕТА		30	1,20	1,95	23,10	114,00
КОНФЕТЫ	30	30	1,20	1,95	23,10	114,00
			39,39	45,65	155,65	1 191,71
Полдник						
ЙОГУРТ		200	6,00	5,00	22,00	160,00
ЙОГУРТ	200	200	6,00	5,00	22,00	160,00
СДОБА		80	6,16	12,00	18,08	327,20
СДОБА	80	80	6,16	12,00	18,08	327,20
			12,16	17,00	40,08	487,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			81,32	85,77	283,29	2 356,70

зав. столовой

новат

Дубовый

Дресва

/Дубовый Е.И./

/Дресва С.В./

ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА МОРКОВНАЯ	100		1,73	7,85	11,14	123,60
МОРКОВЬ	95,88	76,7	0,97	0,08	5,13	26,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21	18	0,16	0,00	1,81	7,68
ТОМАТНАЯ ПАСТА	11	11	0,51	0,00	2,03	10,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17	17	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,7	1,7	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,7	1,7	0,00	0,00	1,65	6,60
ПРИПРАВА	1,7	1,7	0,09	0,02	0,52	2,64
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200		8,99	7,32	46,91	295,02
СЫР	9	9	2,34	2,41	0,00	31,77
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	68	68	6,60	0,66	46,83	224,26
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,05	4,25	0,08	38,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ	100		9,22	10,67	7,28	164,90
КОТЛЕТЫ П/Ф	100	100	9,22	10,67	7,28	164,90
СОК	180		0,52	0,00	28,81	118,73
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	180	0,52	0,00	28,81	118,73
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			25,11	26,46	122,19	836,95
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100		1,80	4,97	13,77	106,92
СВЕКЛА	155	124	1,80	0,12	10,58	50,52
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,00	0,00	3,19	12,80
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		7,07	15,46	16,84	234,75
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	7,76
СВЕКЛА	50	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,17	0,00	2,02	8,54
КАРТОФЕЛЬ	26,67	20	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97

САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	0,00	2,90	11,64
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	100	17,65	8,62	0,00	0,00	148,74
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6	0,00	5,42	0,00	0,00	48,83
РЫБА СВЕЖАЯ	130	100	17,65	3,20	0,00	0,00	99,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	180	4,29	5,70	44,81	248,03	0,00
КРУПА РИСОВАЯ	62,3	62,3	4,23	0,60	44,72	201,24	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	131,5	131,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7,2	7,2	0,06	5,10	0,09	46,79	0,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	0,70	0,30	24,40	103,00	0,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,08	0,38	19,32	90,80	0,00
ПЕЧЕНЬЕ	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШЕГО СОРТА	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
ПОЛДНИК							
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	60	60	8,09	11,31	14,13	190,56	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,24	0,28	14,06	66,06	0,00
СЫР РОССИЙСКИЙ	25	25	5,80	7,38	0,00	91,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,05	3,65	0,07	33,50	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	200	1,50	1,30	22,40	107,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,80	0,00	4,17	19,87	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	50	50	1,46	1,55	2,28	29,10	0,00
КОФЕТА	30	30	1,20	1,95	23,10	114,00	0,00
КОФЕТА	30	30	1,20	1,95	23,10	114,00	0,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			76,61	80,81	348,80	2 436,35	

доб. мороженое

сливки

молоко

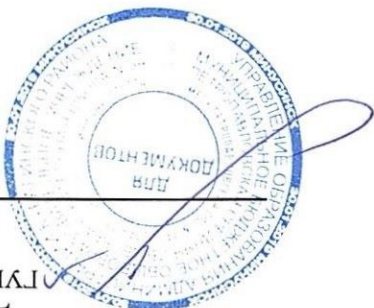
1 буханка с.т./

1 буханка с.т./

Утверждено

Директор

И.П.Рубцов К.Ю.



МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 7

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

ЯИЦА ВАРЕННЫЕ	40	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ЯИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	15	15	0,14	10,95	0,20	100,50
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	15	15	0,14	10,95	0,20	100,50
ПЦИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	250	6,92	15,31	15,10	225,53
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,10	0,58	0,14	6,21
МАСЛО ПОЛКОЛОНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,44	0,00	5,04	21,34
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ФРИКАДЕЛКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	200	0,21	0,00	14,98	62,00
ЧАЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,67	166,67	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,20
ЛИМОН	7	4,2	0,02	0,00	0,05	1,39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
ЯБЛОКО	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С МОРКОВЬЮ	100	100	1,71	9,87	6,56	121,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
РЕДЬКА	100	75	1,39	0,15	4,88	26,19
МОРКОВЬ	31,25	25	0,32	0,03	1,68	8,49
МАСЛО ПОЛКОЛОНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10	10	0,00	0,00	0,00	87,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ	250	250	7,66	13,06	20,66	231,03
ФРИКАДЕЛКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
МАСЛО ПОЛКОЛОНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	0,00	0,00	1,55
КАРТОФЕЛЬ	133,33	100	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,2	1,2	0,06	0,00	0,22	1,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕЧЕННЫЕ ТЕФТЕЛИ		120	7,61	8,33	5,44	127,30
ТЕФТЕЛИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	10,21	7,47	48,96	313,90
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	83	83	10,15	2,66	48,87	269,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,8	6,8	0,06	4,81	0,09	44,19
СОК		200	0,58	0,00	32,01	131,92
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0,58	0,00	32,01	131,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ		36	2,81	0,40	16,27	79,92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	36	2,81	0,40	16,27	79,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,08	0,38	19,32	90,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,08	0,38	19,32	90,80
ВАФЛИ		34	0,95	1,12	26,28	120,36
ВАФЛИ	34	34	0,95	1,12	26,28	120,36
			34,61	40,63	175,50	1 217,11
Полдник						
ЙОГУРТ		200	6,00	5,00	22,00	160,00
ЙОГУРТ	200	200	6,00	5,00	22,00	160,00
СДОБА		80	17,60	34,29	51,66	934,86
СДОБА	80	80	6,16	12,00	18,08	327,20
			23,60	39,29	73,66	1 094,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			75,63	111,80	317,59	2 944,70

Зав. столовой

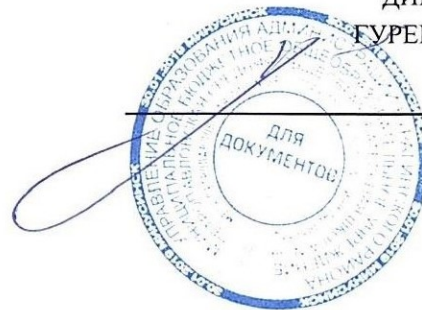
Дубофф

/Дубофф С.В./

повар

Бриса

/Бриса С.А./

**МЕНЮ**

11 лет и старше

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ)		100	11,74	39,77	0,00	413,51
РЫБА СЕЛЬДЬ ФИЛЕ-КУСОЧКИ "МАТЬЕ"	100	100	11,74	39,77	0,00	413,51
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		180	3,87	3,57	27,23	156,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	221,07	165,8	3,22	0,64	26,22	123,84
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	21,2	21,2	0,62	0,66	0,97	12,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,2	3,2	0,03	2,27	0,04	20,80
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,70	0,30	24,40	103,00
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			21,36	44,31	80,53	814,69
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		100	1,90	8,90	7,70	119,00
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	105,3	100	1,90	8,90	7,70	119,00
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		270	2,58	5,64	18,74	136,83
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,4	5,4	0,00	5,23	0,00	47,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
КАРТОФЕЛЬ	108	81	1,57	0,31	12,80	60,50
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,4	5,4	0,49	0,06	3,50	16,50
МОРКОВЬ	13,5	10,8	0,14	0,01	0,73	3,67
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,5	5,4	0,05	0,00	0,54	2,31
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	18,4	16,2	0,13	0,02	0,27	2,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	205,2	205,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2	0,15	0,00	0,59	3,16
НАГГЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ		100	18,43	3,88	0,00	106,70
НАГГЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ П/Ф	100	100	18,43	3,88	0,00	106,70
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		180	5,99	4,84	42,23	240,83
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	61,2	61,2	5,94	0,59	42,15	201,84
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6	6	0,05	4,25	0,08	38,99
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	1,50	1,30	22,38	106,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,80	0,00	4,17	19,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60

ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,08	0,38	19,32	90,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,08	0,38	19,32	90,80
КОНФЕТА		30	1,20	1,95	23,10	114,00
КОНФЕТЫ	30	30	1,20	1,95	23,10	114,00
			37,75	27,32	151,24	1 002,30
Полдник						
СОК В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		200	0,60	0,00	33,00	136,00
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0,60	0,00	33,00	136,00
СДОБА		80	17,60	34,29	51,66	934,86
СДОБА	80	80	6,16	12,00	18,08	327,20
			18,20	34,29	84,66	1 070,86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			77,31	105,92	316,43	2 887,85

зав. столовой

Трубин

/ Трубин С.С. /

повар

Врач

/ Врач С.С. /

ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,10	4,60	0,30	63,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	4,96	4,49	0,27	61,29
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		15	0,14	10,95	0,20	100,50
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	15	15	0,14	10,95	0,20	100,50
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		250	1,64	3,74	12,15	88,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,17	0,00	2,02	8,54
КАРТОФЕЛЬ	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	12	8	0,23	0,00	0,47	2,72
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0,05	3,54	0,07	32,50
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,26	0,00	10,26	44,00
ЧАЙ	1,2	1,2	0,23	0,00	0,49	2,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,80
ЛИМОН	11,67	7	0,03	0,00	0,09	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,4	115,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СДОБА		80	4,80	5,20	46,72	252,80
СДОБА "РУЛЕТИК" С ТВОРОГОМ	80	80	4,80	5,20	46,72	252,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			16,59	25,11	97,68	683,78
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		100	0,73	8,00	5,38	95,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	54	43	0,38	0,00	4,34	18,35
МОРКОВЬ	10	8	0,10	0,01	0,55	2,80
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,99	0,00	71,92
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	13	8,5	0,25	0,00	0,49	2,89
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		250	8,07	12,26	23,11	235,95
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
КАРТОФЕЛЬ	100	75	1,46	0,29	11,86	56,02
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	0,97	0,10	6,89	32,98
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,09	0,00	1,01	4,27
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0,03	2,12	0,04	19,50

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ		100	9,22	10,67	7,28	164,90
КОТЛЕТЫ П/Ф	100	100	9,22	10,67	7,28	164,90
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	5,40	6,24	38,25	230,03
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	58,2	58,2	5,25	0,62	37,77	177,83
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138,5	138,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7	7	0,06	4,96	0,09	45,49
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,45	0,00	34,68	140,65
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,45	0,00	11,45	47,53
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	93,12
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,08	0,38	19,32	90,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	3,08	0,38	19,32	90,80
ВАФЛИ		34	0,95	1,12	26,28	120,36
ВАФЛИ	34	34	0,95	1,12	26,28	120,36
			31,02	39,11	172,38	1 167,45
Полдник						
СДОБА		80	6,16	12,00	18,08	327,20
СДОБА	80	80	6,16	12,00	18,08	327,20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	2,26	1,55	25,81	126,57
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,80	0,00	4,17	19,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,60
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	50	50	1,46	1,55	2,28	29,10
			8,42	13,55	43,89	453,77
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,03	77,77	313,95	2 305,00

зав. столовой

Туболь

(Туболь С.Б.)

ноль

Врис

Врис С.В.

ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

11 лет и старше

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		100	1,84	8,63	7,47	115,43
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	105,3	100	1,84	8,63	7,47	115,43
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		200	7,85	6,70	45,47	278,64
СЫР	5,4	5,4	1,40	1,45	0,00	19,06
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	65,9	65,9	6,39	0,64	45,39	217,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,5	6,5	0,06	4,61	0,08	42,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,6	2,6	0,00	0,00	0,00	0,00
НАГГЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ		100	18,43	3,88	0,00	106,70
НАГГЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ П/Ф	100	100	18,43	3,88	0,00	106,70
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	2,26	1,55	20,97	107,17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	8	8	0,80	0,00	4,17	19,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,20
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	50	50	1,46	1,55	2,28	29,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	2,31	0,29	14,49	68,10
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,34	0,33	13,56	66,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30	2,34	0,33	13,56	66,60
			35,03	21,38	101,96	742,64
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,40	0,05	0,85	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		250	7,53	14,97	18,43	238,09
ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф	40	40	5,39	9,74	2,64	119,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ПРИПРАВА	1	1	0,05	0,01	0,31	1,55
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30	0,26	0,00	3,03	12,80
КАРТОФЕЛЬ	33,33	25	0,49	0,10	3,96	18,67
КРУПА ПШЕННАЯ	10	9,9	1,11	0,26	6,76	33,80
МОРКОВЬ	13	10,4	0,14	0,01	0,70	3,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,2	0,09	0,00	1,03	4,36
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	212,5	212,5	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ)		100	11,74	39,77	0,00	413,51
РЫБА СЕЛЬДЬ ФИЛЕ-КУСОЧКИ "МАТЬЕ"	100	100	11,74	39,77	0,00	413,51
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200	4,26	6,35	28,48	188,91
КАРТОФЕЛЬ	227,6	170,7	3,31	0,66	26,99	127,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	32	30,7	0,89	0,95	1,40	17,87
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,7	6,7	0,06	4,74	0,09	43,54
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200	0,26	0,00	10,26	44,00

ЧАЙ	1,2	1,2	0,23	0,00	0,49	2,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,6	124,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,80
ЛИМОН	11,67	7	0,03	0,00	0,09	2,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,4	115,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	40	3,12	0,44	18,08	88,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,99	0,37	18,74	88,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,99	0,37	18,74	88,08
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,00	3,92	29,76	166,80
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,00	3,92	29,76	166,80
			33,30	65,87	124,60	1 234,69
Полдник						
БЛИНЧИКИ П/Ф		100	6,00	12,00	21,00	210,00
БЛИНЧИКИ П/Ф	100	100	5,82	11,64	20,37	203,70
ПОВИДЛО		10	0,00	0,00	4,00	16,00
ПОВИДЛО	10	10	0,00	0,00	4,00	16,00
СОК		200	0,00	0,00	22,40	90,00
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200	0,58	0,00	32,01	131,92
			6,00	12,00	47,40	316,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,33	99,25	273,96	2 293,33

зав. столовой

Трубин

/ Трубин С. В.

повар

Врик

/ Врик С. В.

**ЦИКЛИЧНОЕ ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
УЧАЩИХСЯ В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
ПЕТРОПАВЛОВСКОЙ СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ № 39**

11 лет и старше

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БЛИНЧИКИ ПФ 100	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 15	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	ИКРА МОРКОВНАЯ 100	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100
ПОВИДЛО 10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 15	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 200	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 15	РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) 100	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 15	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 200
ЙОГУРТ 160	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	БОРЩ 250	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 90	КОТЛЕТЫ 100	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	ЩОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 250	НАГТЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ 100
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КОТЛЕТЫ 100	СДОБА 80	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	СОК 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПОВНИКА 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200
ЧАЙ БЕЗ САХАРА 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СДОБА 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ЯБЛОКО 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30			ЯБЛОКО 100		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	
Обед									
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100	ИКРА МОРКОВНАЯ 100	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЛУКОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ 100	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С МОРКОВЬЮ 100	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 300	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 270	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 250	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 250
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	ЗАПЕЧЕННЫЕ ТЕФТЕЛИ 120	НАГТЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ 100	РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) 100	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	ЗАПЕЧЕННЫЕ ТЕФТЕЛИ 120	НАГТЕТСЫ ИЗ ГРУДКИ ПТИЦЫ 100	КОТЛЕТЫ 100	РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ) 100
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ 200	КОТЛЕТЫ 100	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ЩОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200
СОК 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПОВНИКА 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШПОВНИКА 200	СОК 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 36	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ПЕЧЕНЬЕ 40	ВАФЛИ 34	КОНФЕТА 30	ВАФЛИ 34	КОНФЕТА 30	ПЕЧЕНЬЕ 40	ВАФЛИ 34	КОНФЕТА 30	ВАФЛИ 34	ПЕЧЕНЬЕ 40
Полдник									
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 59	СДОБА 80	СДОБА 80	БЛИНЧИКИ ПФ 150	СДОБА 80	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 60	СДОБА 80	СДОБА 80	СДОБА 80	БЛИНЧИКИ ПФ 100
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 179	КАКАО С МОЛОКОМ 200	СОК В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 200	ПОВИДЛО 15	ЙОГУРТ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ЙОГУРТ 200	СОК В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 199	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ПОВИДЛО 10
ЯБЛОКО 100	ЯБЛОКО 100		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200		КОНФЕТА 30			ЯБЛОКО 100	СОК 200

МЕНЮ СОСТАВИЛИ: ЗАВ.СТОЛОВОЙ

ПОВАР

ПИВОВАРОВА Е.Б.

БРНК С.Ю.