

Утверждаю:

Директор школы:

/ Уварова Г.Ф. /

1 неделя - Меню: Понедельник

Категория детей от 12 до 18 лет.

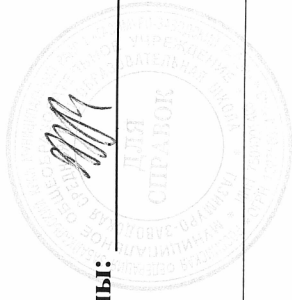
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 87 Суп с перловой крупой и рыбными консервами	250	8,61	8,40	14,24	167,25
№ 312 Пюре картофельное с маслом и молоком	200	4,08	6,4	27,26	183
№ 260 Гуляш из говядины	75	7	4,81	1,3	76,49
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	28
Банан	200	2	0	40	187
Итого:	-	25	20	114,6	726,54

Составил повар:

/Обухова Н.А./

Утверждаю:

Директор школы: _____ / Уварова Г.Ф. /



1 неделя – Меню: Вторник

Категория детей от 12 до 18 лет.

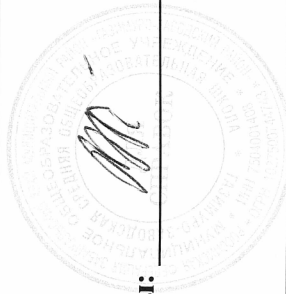
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 82 Борщ с капустой свежей и картофелем с мясом (говядина)	250	1,8	4,9	15,2	112
№ 171 Каша гречневая с мясом (говядина)	150/25	13,36	8,18	36	271
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,8	87,6
№ 338 Мандарины	120	0,6	0	10	43
Салат из моркови с чесноком	100	1,5	6	16,5	126
Итого:	-	21	20	116,3	724,4

Составил повар: _____ /Обухова Н.А./

Утверждаю:

Директор школы:

/ Уварова Г.Ф./



1 неделя – Меню: Среда

Категория детей от 12 до 18 лет.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 96 Рассольник ленинградский с мясом (говядина)	250	2,1	5,1	20,5	136
№ 309 Макароны отварные	150	5	5	29	181
№ 260 Гуляш из говядины	75	7	4,81	1,3	76,49
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,8	87,6
№ 338 Яблоко	120	0,48	0	15,12	62,4
Итого:	-	17,36	15,44	104,5	628,29

Составил повар:  /Обухова Н.А./

Утверждаю:
Директор школы: _____ / Уварова Г.Ф. /



1 неделя – Меню: Четверг

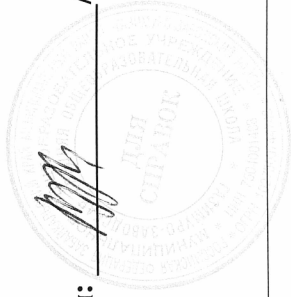
Категория детей от 12 до 18 лет.					
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№103 Суп с макаронными изделиями с мясом (говядина)	250	2,7	2,8	24,2	132
№ 244 Плов с мясом (говядина)	200	23,6	9	34	312
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200/15	0	0	22	88
№ 52 Салат из отварной свеклы	100	1,6	6	11	104
Печенье	30	1,5	4,8	20,1	129,6
Итого:	-	33	23,13	128	850,4

Составил повар: _____ /Обухова Н.А. /

Утверждаю:

Директор школы:

/ Уварова Г.Ф. /



1 неделя – Меню: Пятница

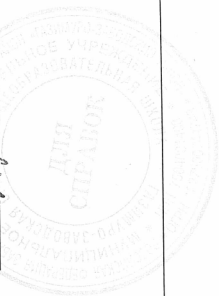
Категория детей от 12 до 18 лет.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 88 Щи из свежей капусты с мясом (говядина)	250	1,6	5	11,5	97
№ 309 Макароны отварные	150	5	5	29	181
№ 268 Котлета из говядины	80	12	16	18	258
№ 331 Соус томатный	50	1	3	4	49
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,8	87,6
Печенье	30	2,25	7	19	150
Итого:	800	25,13	37	120	907,4

Составил повар:  /Обухова Н.А./

Утверждаю:
Директор школы:

/ Уварова Г.Ф. /



2 неделя – Меню: Понедельник

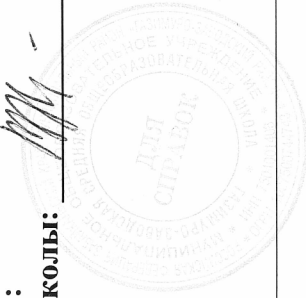
Категория детей от 12 до 18 лет.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 98 Суп с перловой крупой мясом (говядина)	250	2,55	2,8	24,4	133
№ 312 Пюре картофельное с маслом и молоком	200	4,08	6,4	27,26	183
№ 260 Гуляш из говядины	75	7	4,81	1,3	76,49
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 376 Чай с сахаром	200	0,1	0	15	28
Банан	200	2	0	40	187
Итого:	965	19	15	84,76	692

Составил повар:  /Обухова Н.А./

Утверждаю:

Директор школы: _____ / Уварова Г.Ф. /



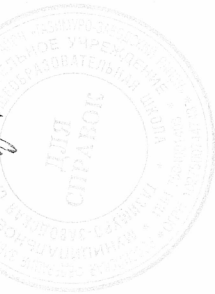
2 неделя – Меню: Вторник

Категория детей от 12 до 18 лет.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 103 Суп с макаронными изделиями с мясом (говядина)	250	2,65	2,77	24,2	132,5
№ 304 Рис отварной	150	3,6	6	36	213
№ 234 Котлета рыбная (минтай)	80	12	15	9	219
№ 331 Соус томатный	50	1	3	4	49
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200/15	0,08	0	21,8	87,6
№ 338 Мандарины	120	0,6	0	10	43
Итого:	890	23,13	27,3	121,8	829

Составил повар: _____ /Обухова Н.А. /

Утверждаю:
Директор школы: _____ / Уварова Г.Ф. /



2 неделя – Меню: Среда

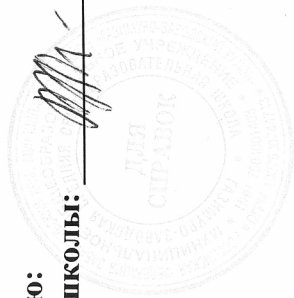
Категория детей от 12 до 18 лет.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 82 Борщ с капустой свежей и картофелем с мясом (говядина)	250	1,8	4,9	15,2	112
№ 171 Каша гречневая с мясом (говядина)	180	13,36	8,18	36	271
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,8	87,6
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 45 Салат из свежей капусты с зел.горошком	100	1,6	5	8	87
№ 338 Яблоко	120	0,48	0	15,12	62,4
Итого:	890	19,85	18,21	118,26	715,4

Составил повар: _____ /Обухова Н.А./

Утверждаю:

Директор школы: _____ / Уварова Г.Ф. /



2 неделя – Меню: Четверг

Категория детей от 12 до 18 лет.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 96 Рассольник ленинградский с мясом (говядина)	250	2,1	5,1	20,5	136
№ 309 Макароны отварные с маслом	150	5	5	29	181
Голень запеченная (куриная)	100	23	10	0	191
№ 331 Соус томатный	50	1	3	4	49
Сок яблочный	200	0	0	18	70
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,8	87,6
Итого:	990	34,38	23,63	110	800

Составил повар: _____ /Обухова Н.А./

Утверждаю:

Директор школы: М.М. Уварова Г.Ф.



2 неделя – Меню: Пятница

Категория детей от 12 до 18 лет.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
№ 88 Щи из свежей капусты с мясом (говядина)	250	1,6	5	11,5	97
№ 244 Плов с мясом (говядина)	200	23,6	9	34	312
№ 52 Салат из отварной свеклы	100	1,6	6	11	104
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,53	16,8	84,8
№ 349 Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	21,8	87,6
№ 338 Мандарины	100	0,6	0	10	43
Итого:	890	31	21	105	728

Составил повар: Обухова Н.А.