

Утверждаю:
Директор школы _____



А.С. Лушгина

МЕНЮ



27.09.2021 03.10.2021

1 НЕДЕЛЯ

	Рацион	Выход	Энерг. ценность	Выход	Энерг. ценность
	ЗАВТРАК				
102/2013	Бутерброд с сыром на батоне	15/35	65,20	15/35	65,20
165/2013	Суп молочный с макарон. изделиями	200	125,30	250	146,20
502/2013	Чай с сахаром	200	42,30	200	42,30
08/109/201	Хлеб пшеничный	40	25,30	50	26,50
	ОБЕД				
142/2013	Щи из свежей капусты, со сметаной	200	124,6	250	149,3
1/2013	Салат из свежей капусты с морк.	40	36,50	50	38,50
389/2013	Тефтели мясные с соусом	70/15	87,50	70/15	87,50
291/2013	Макароны отварные	130	65,30	150	73,50
508/2013	Компот из с/фр с вит "С"	200	53,60	200	53,60
08/109/201	Хлеб пшеничный/ ржаной	40/50	42,60	50/70	49,20
	ПОЛДНИК				
пром.	Сок фруктовый	200	60,50	200	60,50
541/2013	Ватрушка с повидлом	60	51,80	60	51,80
	УЖИН				
пром.	Огурец свежий	20	12,50	20	12,50
370/2013	Плов с филе куриным	50/150	164,30	50/200	178,90
508/2013	Компот из изюма с вит. "С"	200	46,20	200	46,20
114/115/13	Хлеб ржаной/пшеничный	40/40	39,50	50/50	42,30
	2-ой УЖИН				
пром.	Кефир	100	59,50	150	64,50
541/2013	Булочка "Домашняя"	60	74,30	60	74,30
			1176,80		1262,80

ПОНЕДЕЛЬНИК

Утверждаю:

Директор школы: _____



МЕНЮ

27.09.2021 03.10.2021



1 НЕДЕЛЯ

		Рацион	Выход	Энерг. ценность	Выход	Энерг. ценность
ВТОРНИК		ЗАВТРАК				
	95/2013	Бутерброд с повидлом на батоне	15/35	36,80	15/35	36,80
	265/2013	Каша молочная кукурузная с маслом	150/5	99,00	200/5	114,20
	514/2013	Кофейный напиток с молоком	200	54,30	200	54,30
	08/109/201	Хлеб пшеничный	40	25,30	50	26,50
		ОБЕД				
	132/2013	Рассольник "Домашний" со сметаной	200	105,60	250	115,70
	376/2013	Зразы паровые с рисом, с мас	60/5	95,60	70/5	100,10
	248/2013	Каша гречневая вязкая	130	62,30	150	73,50
	508/2013	Компот из кураги с вит "С"	200	65,20	200	65,20
	08/109/201	Хлеб пшеничный/ ржаной	40/50	42,60	50/70	49,20
		ПОЛДНИК				
	543/2013	Пирожок с капустой и яйцом	60	85,60	60	85,60
	503/2013	Кисель плодово-ягодный	200	75,30	200	75,30
		УЖИН				
	пром.	Огурец свежий	20	12,40	20	12,50
	343/2013	Минтай, тушеный с овощами	50/35	126,80	50/35	126,80
	429/2013	Пюре картофельное	150	69,70	180	74,30
	502/2013	Чай с сахаром	200	42,30	200	42,30
	114/115/13	Хлеб ржаной/пшеничный	40/40	39,50	50/50	42,30
		2-ой УЖИН				
	пром.	Молоко	100	62,30	150	66,30
	541/2013	Булочка "Нежная"	60	79,50	60	79,50
			1180,10		1240,40	

Утверждаю:
Директор школы _____



Мундана

МЕНЮ

27.09.2021 03.10.2021



1 НЕДЕЛЯ

		Рацион	Выход	Энерг. ценность	Выход	Энерг. ценность
		ЗАВТРАК				
	265/2013	Каша молочная манная с маслом	150/5	92,40	200/5	92,40
	102/2013	Бутерброд с сыром на батоне	15/35	54,60	15/35	54,60
	496/2013	Какао с молоком	200	49,30	200	49,30
	08/109/201	Хлеб пшеничный	40	25,30	50	26,50
		ОБЕД				
	149/2013	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	126,8	250	146,3
	пром.	Помидор свежий	20	14,20	20	14,20
	396/2013	Жаркое по-домашнему из филе куриного	50/200	195,20	50/200	205,90
	507/2013	Компот из яблок с вит. "С"	200	39,50	200	39,50
	08/109/201	Хлеб пшеничный/ ржаной	40/50	42,60	50/70	49,20
		ПОЛДНИК				
	543/2013	Пирожок с рисом и яйцом	60	68,90	60	68,90
	494/2013	Чай с лимоном	200/5	47,30	200/5	47,30
	пром.	Фрукт	200	93,20	200	93,20
		УЖИН				
	321/2013	Сырники из творога со сгущенкой	120/30	125,30	120/30	125,30
	502/2013	Чай с сахаром	200	42,30	200	42,30
	114/115/13	Хлеб ржаной/пшеничный	40/40	39,50	50/50	42,30
		2-ой УЖИН				
	пром.	Молоко	100	62,30	150	66,30
	541/2013	Булочка "Дорожная"	60	79,30	60	79,30
				1198,00		1242,80

СРЕДА

Утверждаю:

Директор школы



Лунгина

МЕНЮ

27.09.2021 03.10.2021



1 НЕДЕЛЯ

ЧЕТВЕРГ

		Рацион	Выход	Энерг. ценность	Выход	Энерг. ценность
		ЗАВТРАК				
	92/2013	Бутерброд с маслом на батоне	10/35	79,30	10/35	79,30
	265/2013	Капша молочная гречневая с маслом	150/5	105,60	200/5	117,80
	502/2013	Чай с сахаром	200	42,30	200	42,30
	08/109/201	Хлеб пшеничный	40	25,30	50	26,50
		ОБЕД				
	161/2013	Суп-пюре из овощей с гречкой	200/20	97,2	250/20	105,3
	59/2013	Салат из свеклы с чесноком	30	19,5	30	19,5
	381/2013	Котлета мясная с маслом	70/5	111,50	70/5	111,50
	241/2013	Каша пшенная гарнирная	150	76,30	180	85,10
	508/2013	Компот из изюма с вит. "С"	200	46,20	200	46,20
	08/109/201	Хлеб ржаной/пшеничный	40/40	39,50	50/50	42,30
		ПОЛДНИК				
	553/2013	Шанежка картофельная	60	65,90	60	65,90
	503/2013	Кисель плодово-ягодный	200	75,30	200	75,30
		УЖИН				
	утв.	Бедро куриное запеченое с со	100/5	125,80	100/5	125,80
	291/2013	Макароны отварные	130	65,30	150	73,50
	114/115/13	Хлеб ржаной/пшеничный	40/40	39,50	50/50	42,30
	502/2013	Чай с сахаром	200	42,30	200	42,30
		2-ой УЖИН				
	пром.	Кефир	100	59,50	150	64,50
	541/2013	Булочка "Вьюшка"	60	74,30	60	74,30
				1190,60		1239,70

Утверждаю:

Директор школы _____



С. Луидина

МЕНЮ



1 НЕДЕЛЯ

27.09.2021 03.10.2021

		Рацион	Выход	Энерг. ценность	Выход	Энерг. ценность
ПЯТНИЦА		ЗАВТРАК				
	102/2013	Бутерброд с сыром на батоне	15/35	54,60	15/35	54,60
	165/2013	Суп молочный с макарон. изделиями	200	114,00	250	125,60
	502/2013	Чай с сахаром	200	42,30	200	42,30
	08/109/201	Хлеб пшеничный	40	25,30	50	26,50
		ОБЕД				
	142/2013	Щи из свежей капусты, со сметаной	200	127,1	250	149,3
	пром.	Огурец свежий	20	12,40	20	12,50
	389/2013	Тефтели мясные с соусом	60/15	23,10	70/15	26,70
	291/2013	Макароны отварные	130	4,90	150	5,70
	508/2013	Компот из с/фр с вит "С"	200	3,90	200	3,90
	08/109/201	Хлеб пшеничный/ ржаной	40/50	5,80	50/70	7,80
		ПОЛДНИК				
	пром.	Сок фруктовый	200	8,30	200	8,30
	541/2013	Ватрушка с повидлом	60	4,90	60	4,90
		УЖИН				
	пром.	Огурец свежий	20	1,70	20	1,70
	370/2013	Плов с филе куриным	50/200	25,10	50/200	25,10
	508/2013	Компот из изюма с вит. "С"	200	5,30	200	5,30
	114/115/13	Хлеб ржаной/пшеничный	40/40	5,20	50/50	6,50
	2-ой УЖИН					
пром.	Кефир	200	10,00	200	10,00	
541/2013	Булочка "Домашняя"	60	4,90	60	4,90	
			478,80		521,60	

Утверждаю:
Директор школы _____



И.С. Луизина

МЕНЮ

27.09.2021 03.10.2021



1 НЕДЕЛЯ

		Рацион	Выход	Энерг.	Выход	Энерг.
				ценность		ценность
		ЗАВТРАК				
	95/2013	Бутерброд с повидлом на батоне	15/35	2,80	15/35	2,80
	265/2013	Каша молочная кукурузная с маслом	150/5	8,20	200/5	10,00
	514/2013	Кофейный напиток с молоком	200	3,70	200	3,70
	08/109/201	Хлеб пшеничный	40	2,60	50	3,20
		ОБЕД				
	132/2013	Рассольник "Домашний" со сметаной	200	11,00	250	13,70
	376/2013	Зразы паровые с рисом, с мас	70/5	24,90	70/5	24,90
	248/2013	Каша гречневая вязкая	130	5,60	150	6,40
СУББОТА	508/2013	Компот из кураги с вит "С"	200	5,00	200	5,00
	08/109/201	Хлеб пшеничный/ ржаной	40/50	5,80	50/70	7,80
		ПОЛДНИК				
	543/2013	Пирожок с капустой и яйцом	60	4,90	60	4,90
	503/2013	Кисель плодово-ягодный	200	5,20	200	5,20
		УЖИН				
	пром.	Огурец свежий	20	1,70	20	1,70
	343/2013	Минтай, тушеный с овощами	50/35	13,20	50/35	13,20
	429/2013	Пюре картофельное	150	11,00	180	13,10
	502/2013	Чай с сахаром	200	3,00	200	3,00
114/115/13	Хлеб ржаной/пшеничный	40/40	5,20	50/50	6,50	
	2-ой УЖИН					
пром.	Молоко	200	8,60	200	8,60	
541/2013	Булочка "Нежная"	60	4,90	60	4,90	
				127,30		138,60

Утверждаю:
Директор школы _____



А.С. Лукино

МЕНЮ



1 НЕДЕЛЯ

27.09.2021 03.10.2021

ЗАВТРАК					
95/2013	Бутерброд с повидлом на батоне	15/35	2,80	15/35	2,80
265/2013	Каша молочная гречневая с маслом	150/5	8,20	200/5	10,00
502/2013	Чай с сахаром	200	3,00	200	3,00
08/109/201	Хлеб пшеничный	40	2,60	50	3,20
ОБЕД					
пром.	Огурец свежий	20	1,70	20	1,70
149/2013	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/20	20,5	250/20	20,5
441/2013	Кнели куриные	70/5	20,00	70/5	20,00
423/2013	Капуста тушеная	150	8,30	180	10,00
538/2013	Напиток из шиповника	200	4,60	200	4,60
08/109/201	Хлеб пшеничный/ ржаной	40/50	5,80	50/70	7,80
ПОЛДНИК					
502/2013	Чай с сахаром	200	3,00	200	3,00
пром.	Фрукт	200	30,00	200	30,00
543/2013	Пирожок с печенью, рисом	60	7,10	60	7,10
УЖИН					
7/2013	Помидор свежий	20	1,70	20	1,70
109/2011	Запеканка картофельная с мясом, соусом	50/150	48,70	50/150	48,70
504/2013	Чай с сахаром, лимоном	200/5	3,20	200/5	3,20
114/115/13	Хлеб ржаной/пшеничный	40/30	6	40/30	6
2-ой УЖИН					
пром.	Молоко	200	8,60	200	8,60
541/2013	Булочка "Нежная"	60	4,90	60	4,90
			223,13		280,75
	ИТОГО		5574,73		5926,65

Технолог: Кушнiryк Ю.А.



151,59 170,73

1061,13 1195,11

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!