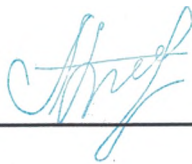


МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

1 день, 2 недели

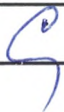
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчики	225	11,7	10,83	66,89	410,20
Молоко сгущеное	25	1,80	2,13	13,88	79,35
Фрукт	150	0,60	0,60	17,40	73,02
Чай с лимоном	200	0,1	0,01	10,03	39,10
Итого за Завтрак	600	14,11	13,57	108,20	601,67
Обед					
Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,74	4,20
Суп- лапша на курином бульоне с курицей	250	3,90	5,28	15,91	125,50
Голубцы по-ярославски с мясом	280	16,63	23,26	15,15	294,47
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Хлеб пшеничный	20	1,3	0,13	9,4	44,78
Пряник	50	3,0	2,35	38,6	183,40
Чай	200	0,0	0,00	9,8	37,32
Итого за Обед	895	29	31,83	116,63	815,37
Полдник					
	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488
Итого за день		58,47	60	295,29	1 905

Директор



Вахруков М.С

Зав. производством



Сagitova Н.В.



Согласовано
 152151, г.Ростов, ул.Революции, д.12а
 Тел./факс: 8 (48536) 6-27-45

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

2 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша жидкая молочная из риса и пшена	250	6,24	8,14	33,02	228,50
Бутерброд с сыром	40	6,58	5,45	9,38	114,90
Пряник	50	2,95	2,35	38,55	183,40
Чай с молоком сгущенным	200	1,6	1,92	12,52	71,71
Итого за Завтрак	540	17,41	17,86	93,47	598,51
Обед					
Салат из свеклы с сыром	30	0,78	2,18	2,56	31,53
Рассольник ленинградский	250	3,03	5,36	16,93	126,30
Биточки "Волжские" с соусом	100	9,6	10,97	11,66	142,02
Картофельное пюре	180	3,7	4,59	26,09	158,80
Хлеб ржаной	65	4,3	0,78	27,11	125,70
Хлеб пшеничный	40	2,6	0,26	18,76	89,56
Компот из сухофруктов	200	1,0	0,06	32,96	124,80
Итого за Обед	865	25,12	24,20	136,07	798,71
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Итого за Полдник	390	4,13	13	56,56	364
Итого за день		46,66	55	286,10	1 761

Директор

Вахруков М.С

Зав. производством

Сагитова Н.В.



Согласовано _____
 Муниципальная общеобразовательная школа №2 г. Ростова
 ИНН 7602013714 ОГРН 1027601071819
 20__ г.
 152151, г. Ростов, ул. Революции, д. 12а
 Т/факс: 8 (48536) 6-27-45

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

3 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Макароны с сыром	250	11,12	7,80	48,8	309,80
Печенье	80	6,00	7,84	61,4	337,83
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
Чай	200	0,02	0,00	9,79	37,32
Итого за Завтрак	570	19,78	15,90	138,69	774,51
Обед					
Салат из моркови и яблок	40	0,41	2,41	4,68	40,05
Борщ с капустой и картофелем	250	2,62	6,06	13,23	113,20
Котлета "Фунтик" с соусом	100	11,48	19,47	13,2	273,82
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,61	5,17	55,51	296,90
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	62,85
Компот из свежих плодов	200	0,20	0,08	17,09	66,32
Итого за Обед	802,5	27,47	33,58	117,27	853,14
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Ватрушка с конфитюром	100	6,71	6	44,47	263
Итого за Полдник	430	7,17	6	76,52	403
Итого за день		54,42	55	332,48	2 031

Директор

Вахруков М.С

Зав. производством

Сагитова Н.В.



Согласовано _____
 Муниципальное учреждение
 средняя общеобразовательная школа №2 г. Ростова
 ИНН 7609013714 ОГРН 1027601071519
 20__ г.
 г.Ростов, ул.Революции, д.12а
 Тел./факс: 8 (48536) 6-27-45

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

4 день, 2 недели

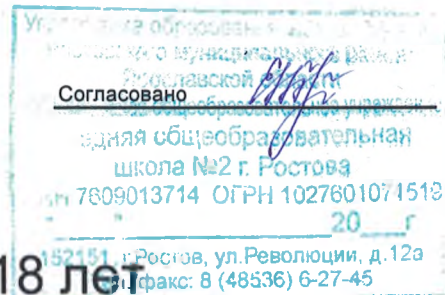
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Нагетсы с соусом	130	16,41	13	12,3	196
Картофельное пюре	180	3,8	4,52	26,1	159
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	45
Хлеб ржаной	65	4,29	1	27,11	126
Чай с лимоном	200	0,6	0	10,0	39
Итого за Завтрак	595	26,41	19	84,93	564
Обед					
Салат из белокочанной капусты	30	0,46	1,79	2,80	27,81
Суп фасолевый	250	5,39	5,51	21,95	153,30
Плов с мясом	280	20,46	38,70	89,32	787,30
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	62,85
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,02	0,00	9,79	19,22
Итого за Обед	792,5	28,48	46,39	137,41	1050,48
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488
Итого за день		69,90	80	292,8	2 103

Директор

Вахруков М.С

Зав. производством

Савитова Н.В.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

5 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	8,32	10	38,4	275
Бутерброд с сыром	40	6,58	5	9,38	115
Фрукт	150	0,60	0,6	17,40	73
Какао с молоком сгущенным	200	3,1	3,14	19,94	116
Итого за Завтрак	640	18,63	19	85,08	579
Обед					
Салат из свеклы с сыром	30	0,53	1,80	4,02	32,12
Суп крестьянский с крупой	250	2,36	5,90	15,50	121,20
Котлета Рыжик с соусом	100	9,49	17,57	12,91	245,92
Картофель отварной	180	3,64	4,64	31,93	182,30
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Чай	200	0,02	0,00	9,79	37,32
Итого за Обед	865	22,97	30,95	120,02	834,12
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Пирожок с конфитюром	100	5,7	5	39,07	229
Итого за Полдник	430	6,16	5	71,12	369
Итого за день		47,76	55	276,22	1 782

Директор

Вахруков М.С

Зав. производством

Сагитова Н.В.