



Утверждаю

Киселев Г.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
7-11 ЛЕТ

1 день



Согласовано

Директор

В.В.Трунин

№ рецеп- туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК							
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82	200		5,5	3,4	32,4	181,8
337	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1		5,5	5,0	0,3	68,6
392	ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200		0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
				14,8	8,7	67,8	408,5
ОБЕД							
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60		0,9	0,1	5,1	24,4
87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47	200		1,5	3,5	7,6	68,8
247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ ТК №247	90		10,9	5,1	2,8	100,0
513	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513	180		4,8	5,1	47,3	254,5
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК № 639	200		0,4	0,0	20,4	84,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
				24,0	14,4	119,2	703,1
			141,00 Р	38,8	23,1	187,0	1 111,6

Утверждаю

Киселев Г.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

2 день

Согласовано
Директор



№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
ЗАВТРАК							
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101	200		7,1	5,7	32,6	210,0
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150		0,6	0,6	14,3	68,4
378	ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200		1,7	1,3	17,3	86,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
				12,4	7,8	83,7	457,0
ОБЕД							
	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	60		0,8	0,1	4,0	20,4
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №103	200		2,0	3,7	12,4	90,4
488	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТК №488	150		7,8	8,6	13,6	136,3
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДА №360	200		0,1	0,0	28,2	110,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
				16,9	13,1	99,0	551,4
			141,00 Р	29,3	20,9	182,7	1 008,4

Утверждаю

Киселев Г.А.



Директор

Согласовано

В.В.Трунина

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

3 день

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК							
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТК №302	200	6,6	3,6	36,9	205,8	
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/30	3,1	0,2	38,4	164,7	
392	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	
			12,0	4,0	100,7	482,7	
ОБЕД							
71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71	60	0,5	0,1	1,5	8,1	
149	СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТК №44	200	1,4	3,6	13,2	90,4	
462	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным ТК №65	90/30	0,3	1,9	2,1	27,3	
516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	150	5,5	4,3	34,0	196,8	
631	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631	200	0,2	0,2	14,5	60,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	
			13,4	10,7	101,3	554,5	
			141,00 Р	25,4	14,7	202,0	1 037,2

Утверждаю
Киселев Г.А.



Директор



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

4 день

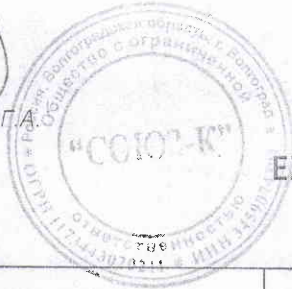
№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергет и- ческая ценност ь, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
ЗАВТРАК							
208	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТК №208	200		13,6	5,3	38,8	256,9
596	СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) ТК № 596	30		2,3	4,9	13,8	108,4
392	ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200		0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
				19,7	10,5	87,7	523,4

ОБЕД

	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60		0,9	0,1	5,1	24,4
87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47	200		1,5	3,5	7,6	68,8
492	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТК №492	150		2,3	3,2	23,6	132,5
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200		0,4	0,0	20,4	84,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
				11,3	7,5	97,5	504,0
			141,00 Р	31,0	18,0	185,2	1 027,4

Утверждаю

Киселев П.А.



Согласовано

Директор

МБОУ
Авиловская
СОШ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

5 день

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
ЗАВТРАК							
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82	200		5,5	3,4	32,4	181,8
337	ЯИЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1		5,5	5,0	0,3	68,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
378	ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200		1,7	1,3	17,3	86,7
				16,4	10,0	74,3	451,9
ОБЕД							
	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	60		0,8	0,1	4,0	20,4
119	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ТК №119 (ГОРОХ)	200		5,8	3,9	14,9	117,8
289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТК №289	150		11,2	10,3	16,8	206,3
360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ. №360	200		0,1	0,0	28,2	110,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
				24,1	15,0	104,7	648,8
			141,00 Р	40,5	25,0	179,0	1 100,7

Утверждаю
Киселев Г.А.



Директор

Согласовано

В.В.Тарулина

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

6 день

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
ЗАВТРАК							
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101	200		7,1	5,7	32,6	210,0
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/30		3,1	0,2	38,4	164,7
392	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200		0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
				12,5	6,1	96,4	486,9
ОБЕД							
71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71	60		0,5	0,1	1,5	8,1
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №103	200		2,0	3,7	12,4	90,4
247	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ ТК № 247	90		10,9	5,1	2,8	100,0
513	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513	180		4,8	5,1	47,3	254,5
631	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631	200		0,2	0,2	14,5	60,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
				23,9	14,8	114,5	684,9
				141,00 Р	36,4	20,9	1 171,8

Утверждаю

Киселев Г.А.



Директор

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

7 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТК №102	200	4,8	3,6	38,0	203,8
337	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1	5,5	5,0	0,3	68,6
392	ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
			14,1	8,9	73,4	430,5
ОБЕД						
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0,9	0,1	5,1	24,4
149	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (перловая) ТК №45	200	2,1	3,7	15,0	100,6
488	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТК №488	150	0,3	3,5	1,3	37,9
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,4	0,0	20,4	84,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			9,9	8,0	82,6	441,2
			141,00 Р	24,0	16,9	871,7

Утверждаю
Киселев Г.А.



Согласовано
Директор *В.В.Ткаченко*



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

8 день

Сборник рецептов	№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
Завтрак								
2011	208	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТК №208	200		13,6	5,3	38,8	256,9
2011	596	СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) ТК № 596	30		2,3	4,9	13,8	108,4
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200		1,7	1,3	17,3	86,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:					21,3	11,8	94,2	566,8
Обед								
		МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	60		0,8	0,1	4,0	20,4
2004	149	СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44	200		1,4	3,6	13,2	90,4
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТК №294	90		0,0	3,9	0,0	34,6
2004	302	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №302	160		4,3	4,3	26,7	162,3
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200		0,1	0,0	28,2	110,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:					12,1	12,5	108,1	589,1
				141,00 Р	33,4	24,3	202,3	1 155,9

Киселёв Г.А

Директор

СОВЕТСКИЙ СОЮЗ

9 день

ЗАВТРАК

ОБЕД

71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71	60		0,5	0,1	1,5	8,1
119	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ТК №119 (ГОРОХ)	200		5,8	3,9	14,9	117,8
492	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТК №492	150		2,3	3,2	23,6	132,5
631	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631	200		0,2	0,2	14,5	60,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
				15,0	8,1	95,3	513,2
			141,00 Р	32,4	17,3	222,8	1 182,4

Утверждаю

Киселев Г.А.

Директор

Согласовано

В.В.Батурина

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10 день

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ЦЕНА	Пищевые вещества			Энергет и- ческая ценнос
				Белки, г	Жиры, г	Углерод ы, г	
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101	200		7.1	5.7	32.6	210,0
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150		0.6	0.6	14.3	68,4
392	ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200		0.1	0.0	10.8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3.0	0.2	19.5	91,9
				10,8	6,5	77,2	413,6
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60		0,9	0,1	5,1	24,4
87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47	200		1,5	3,5	7,6	68,8
455	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК	90		8,0	7,9	12,1	151,2
516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	150		5,5	4,3	34,0	196,8
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200		0,4	0,0	20,4	84,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
				21,8	16,4	115,2	696,6
			141,00 Р	32,6	22,9	192,4	1 110,2