

Ежедневное меню ЛАНЧ



Утверждаю  
 Директор  
 Школа №125  
 СШ №125  
 Д.М. Чернякова

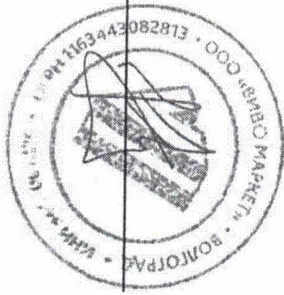
1 день

Прием пищи, наименование блюда

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Сул-харчо на м/б	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Булочка с чесноком 70г	шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>9,31</b>	<b>4,43</b>	<b>76,62</b>	<b>385,85</b>	

Зав. производством

*[Handwritten signature]*



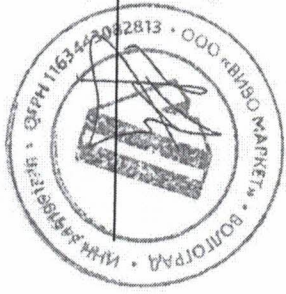
Ежедневное меню ЛАНЧ

Утверждено  
 Директор  
 И.В. Сидоркина  
 О.М. Чуканова

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Булочка с сыром 80г	шт	3,84	1,20	20,80	108,80	ТТК №124
Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,20	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>592</b>	<b>16,28</b>	<b>7,74</b>	<b>69,99</b>	<b>417,51</b>	

Зав. производством



Ежедневное меню ЛАНЧ



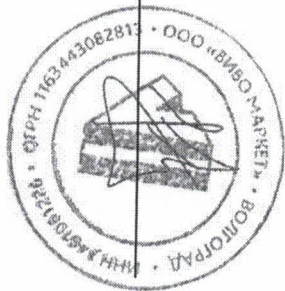
Утверждаю  
*В.А. Чирякина*  
 Директор  
 14.02.2011 г. №132

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Суп картофельный с бобовыми на м/б (горох)	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>17,49</b>	<b>11,23</b>	<b>88,1</b>	<b>527,9</b>	

Зав. производством

*В.А. Чирякина*



Ежедневное меню ЛАНЧ



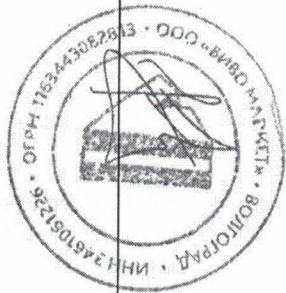
Утверждено  
*С.В.М. Чуркина*  
 № 130

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Щи "Традиционные" на м/б	250	2,8	4,5	10	91	ТТК №403
Компот из апельсинов	200	0,36	0,08	25,18	94	ТТК №257
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,4	1,2	21,7	110,6	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>8,89</b>	<b>6,07</b>	<b>71,37</b>	<b>366,6</b>	

Зав. производством *[Signature]*





Ежедневное меню ЛАНЧ



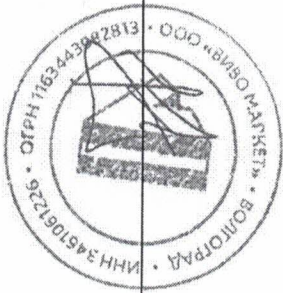
Утверждаю  
*Директору*  
*Ирина Викторовна*  
*Сидорова*  
*И.И. Сидорова*

5 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>582</b>	<b>19,36</b>	<b>11,29</b>	<b>91,58</b>	<b>552,57</b>	

Зав. производством

*И.И. Сидорова*



Ежедневное меню ЛАНЧ



6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Борщ Брутальный на м/б	250	2,8	4,5	10	91	ТТК №200
Компот из свежемороженых ягод (Черная смородина)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>8,77</b>	<b>6,08</b>	<b>63,61</b>	<b>342,04</b>	

Зав. производством



Ежедневное меню ЛАНЧ

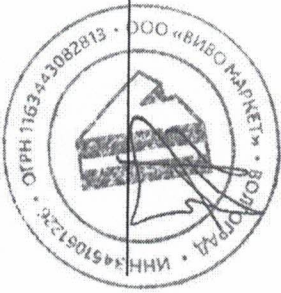


Утверждено  
 18/02/2018  
 Д.А. Чернышова

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Сул-лапша по-домашнему с курочкой	250/15	3,07	2,92	21,47	125,08	ТТК №404
Булочка с сыром 80г	шт	3,84	1,20	20,80	108,80	ТТК №124
Компот из свежих плодов (яблоко)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>9,38</b>	<b>4,52</b>	<b>70,96</b>	<b>364,08</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню ЛАНЧ



Утверждаю  
 Директор  
 МБОУ СОШ №125  
 В.К. Чернышова

8 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Борщ Брутальный на м/б	250	2,8	4,5	10	91	ТТК №200
Дулочка с чесноком 70г	1шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,20	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>8,77</b>	<b>6,08</b>	<b>63,61</b>	<b>342,04</b>	

Зав. производством





Ежедневное меню ЛАНЧ

Утверждаю  
 Директор школы №138  
 В.А. Чурбанова

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Суп рисовый с курицей	250/15	10,56	3,67	30,61	200,57	ТТК №375
Компот из свежемороженых ягод (черная смородина)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Булочка с сыром 80г	шт	3,84	1,20	20,80	108,80	ТТК №124
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>16,97</b>	<b>5,25</b>	<b>83,32</b>	<b>449,81</b>	

Зав. производством



Ежедневное меню ЛАНЧ



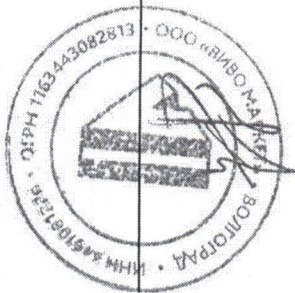
Утверждаю  
*В.М. Сидорова*  
 В.М. Сидорова  
*В.М. Сидорова*

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Суп-харчо на м/б	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>12,63</b>	<b>8,06</b>	<b>94,33</b>	<b>504,55</b>	

Зав. производством

*В.М. Сидорова*



Ежедневное меню ДАНЧ



Утверждаю

*И.И. Судья*  
 13.03.2013  
 И.И. Судья

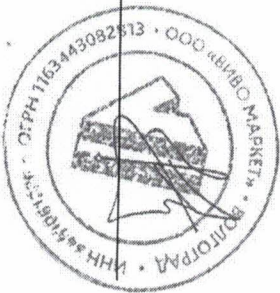
11 день

Прием пищи, наименование блюда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Суп картофельный с бобовыми на м/б (горох)	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>14,17</b>	<b>7,6</b>	<b>70,39</b>	<b>409,2</b>	

Зав. производством

*И.И. Судья*



Ежедневное меню ДАНЧ



Утверждаю  
*В.М. Чернышова*  
 Директор  
 12.01.2018

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Суп-лапша по-домашнему с курочкой	250/15	3,07	2,92	21,47	125,08	ТТК №404
Напиток лимонный	200	0,1	0	16,7	69,5	ТТК №54
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>12,26</b>	<b>8,05</b>	<b>92,07</b>	<b>494,88</b>	

Зав. производством

*[Signature]*