Ланч 225

Утверждаю Директор

Ежедневное меню

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Мерцающие звездочки"	250	6,94	4,98	39,44	231,10
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35
Итого за прием пищи:	**770**	**35,31**	**41,81**	**115,38**	**992,42**

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю Директор
Л.В. Шумилина

Ежедневное меню

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	9,83	10,42	10,36	176,33
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Булгур с овощами	150	4,10	3,90	19,70	145,00
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00
Итого за прием пищи:	**1030**	**32,75**	**33,03**	**100,07**	**847,35**

Ответственное лицо Мартиросян Ю.В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю

Ежедневное меню

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Красная горошинка"	250	6,21	4,60	13,71	125,81
Запеканка "Курочка по-деревенски"	250	15,10	18,29	36,70	350,12
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	**780**	**27,76**	**28,19**	**112,33**	**798,41**

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю

Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп с мясными фрикадельками	250/28	9,70	6,07	17,03	165,88
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35
Итого за прием пищи:	**560**	**49,12**	**32,70**	**200,21**	**1 353,46**

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю

Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Фасолька" на костном бульоне	250	10,15	7,77	13,08	164,68
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00
Итого за прием пищи:	**810**	**31,03**	**23,12**	**115,47**	**796,68**

Ответственное лицо Мартиросян Н.В

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю Директор
МОУ СШ № 61
Т.В. Мушникова

Ежедневное меню

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Отменный" на костном бульоне	250	10,55	8,16	12,05	168,10
Куриная отбивная в сырной заливке	100	13,10	11,10	12,50	202,10
Макароны по-волгоградски	180	18,44	4,12	126,00	628,74
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	**810**	**48,55**	**28,64**	**211,66**	**1 317,46**

Ответственное лицо Шарипова Ю.В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю

Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Сытный" на костном бульоне	250	10,48	4,84	16,11	151,38
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35
Итого за прием пищи:	**800**	**38,24**	**42,2**	**99,53**	**947,01**

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю
Директор
МОУ СШ № 61

Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	9,83	10,42	10,36	176,33
Итальянская паста Орзо с филе куриным	260	35,19	14,16	110,70	722,96
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00
Итого за прием пищи:	**790**	**51,42**	**30,1**	**182,84**	**1 222,63**

Ответственное лицо Мартиросян ЮВ

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю Директор

Ежедневное меню

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Красная горошинка"	250	6,21	4,60	13,71	125,81
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Кус-кус с овощами	150	4,97	3,87	29,16	180,00
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	**780**	**30,14**	**26,87**	**118,92**	**852,31**

Ответственное лицо Мартиросян НВ

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю

Ежедневное меню

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Мерцающие звездочки"	250	6,94	4,98	39,44	231,10
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35
Итого за прием пищи:	**780**	**32,09**	**29,86**	**127,75**	**958,20**

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю Директор

Ежедневное меню

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп с мясными фрикадельками	250/28	9,70	6,07	17,03	165,88
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00
Итого за прием пищи:	**#ЗНАЧ!**	**45,36**	**22,84**	**196,85**	**1 190,01**

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю Директор

Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Суп "Фасолька" на костном бульоне	250	10,15	7,77	13,08	164,68
Пельмени "Аппетитные" со сливочным маслом	250	21,75	6,25	77,25	463,75
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	**780**	**38,40**	**19,22**	**157,23**	**967,93**

Ответственное лицо Мартиросян Ю.В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.