



МЕНЮ 1 неделя 1 день

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|--|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 15/20 | 4,98 | 5,01 | 10,28 | 107,00 |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 5,15 | 7,50 | 20,51 | 170,69 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,25 | 0,01 | 6,56 | 28,12 |
| Фрукты свежие | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,70 |
| Итого завтрак: 63 руб | 500 | 10,82 | 12,96 | 48,13 | 357,51 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным | 60 | 0,97 | 3,06 | 4,96 | 52,67 |
| Суп картофельный с горохом и гренками | 200/10 | 5,93 | 4,21 | 23,71 | 156,74 |
| Биточки рубленые из птицы | 90 | 15,85 | 17,18 | 9,28 | 255,04 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,72 | 6,40 | 39,44 | 249,92 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 780 | 38,77 | 32,83 | 138,23 | 1004,35 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным | 100 | 1,59 | 5,09 | 7,74 | 85,53 |
| Суп картофельный с горохом и гренками | 250/10 | 7,12 | 6,01 | 27,78 | 194,14 |
| Биточки рубленые из птицы | 100 | 16,27 | 20,11 | 9,25 | 282,78 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,49 | 7,69 | 43,44 | 270,52 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Фрукты свежие | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,70 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1020 | 43,46 | 41,61 | 161,97 | 985,85 |

Заведующий производством _____



МЕНЮ 1 неделя 2 день

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|---|--------------|--------------|-------------|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Бутерброд с джемом | 20/20 | 1,62 | 0,60 | 24,86 | 109,20 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 120/30 | 24,32 | 16,80 | 36,91 | 402,84 |
| Кофейный напиток | 200 | 2,27 | 1,25 | 12,68 | 71,42 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Итого завтрак: 63 руб | 515 | 31,71 | 21,78 | 80,09 | 654,10 |
| ОБЕД | | | | | |
| Огурец соленый кусочком | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,80 |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной | 200/5 | 1,60 | 4,19 | 10,56 | 89,19 |
| Тефтели рыбные | 90 | 12,10 | 12,78 | 12,54 | 213,95 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,28 | 5,24 | 22,06 | 148,92 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,09 | 26,81 | 110,43 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 775 | 24,27 | 24,16 | 115,65 | 782,87 |
| ОБЕД | | | | | |
| Огурец соленый кусочком | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 13,00 |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной | 250/10 | 2,07 | 5,80 | 13,22 | 118,65 |
| Тефтели рыбные | 100 | 13,33 | 14,14 | 13,94 | 236,76 |
| Пюре картофельное | 180 | 3,91 | 6,26 | 26,47 | 178,36 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,09 | 26,81 | 110,43 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1035 | 30,67 | 31,61 | 132,58 | 951,62 |

Заведующий производством



**МЕНЮ 1 неделя 3 день**

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|--|--------------|--------------|-------------|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Макароны с сыром | 155 | 8,65 | 13,66 | 32,16 | 287,25 |
| Помидор свежий кусочком | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,22 |
| Какао с молоком | 200 | 3,87 | 3,10 | 11,20 | 89,50 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Батон нарезной об. микр. | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| Итого завтрак: 63 руб | 510 | 15,53 | 17,75 | 64,85 | 487,47 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из моркови и яблок с м.раст. | 60 | 0,5 | 4,1 | 5,2 | 61,2 |
| Суп крестьянский с крупой, со сметаной | 200/5 | 1,95 | 4,97 | 11,24 | 100,29 |
| Голубцы ленивые | 240 | 18,10 | 20,84 | 18,92 | 416,15 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,29 | 0,13 | 19,00 | 79,47 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 775 | 27,24 | 31,84 | 97,02 | 869,69 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из моркови и яблок с м.раст. | 100 | 0,83 | 6,83 | 8,67 | 102,0 |
| Суп крестьянский с крупой, со сметаной | 250/10 | 2,54 | 6,77 | 14,16 | 132,97 |
| Голубцы ленивые | 280 | 21,77 | 22,46 | 22,32 | 486,26 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,29 | 0,13 | 19,00 | 79,47 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1010 | 32,88 | 38,48 | 116,45 | 1062,48 |

Заведующий производством



АО «Артис - Детское питание»

Ляско М.В.

Согласовано:

Директор школы №

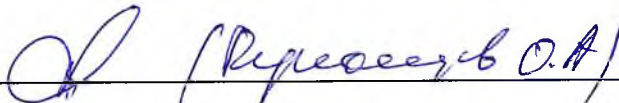
МЕНЮ 1 неделя 4 день

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|--|--------------|--------------|-------------|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") с маслом сл. | 150/5 | 4,70 | 10,93 | 20,80 | 201,14 |
| Пудинг из творога с яблоками | 50 | 7,13 | 6,46 | 7,55 | 119,45 |
| Чай с молоком | 200 | 2,10 | 2,50 | 11,21 | 80,42 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Итого завтрак: 63 руб | 530 | 17,43 | 23,02 | 45,20 | 471,65 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из свеклы отварной с м. раст. | 60 | 0,86 | 5,05 | 5,02 | 68,89 |
| Суп картофельный с рыбой | 200/20 | 7,64 | 2,66 | 15,93 | 118,41 |
| Рагу из птицы | 240 | 18,12 | 25,08 | 21,39 | 364,10 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 810 | 33,92 | 34,77 | 103,18 | 841,38 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из свеклы отварной с м. раст. | 100 | 1,41 | 6,09 | 8,27 | 93,42 |
| Суп картофельный с рыбой | 250/20 | 6,72 | 3,12 | 19,99 | 135,21 |
| Рагу из птицы | 280 | 21,71 | 27,69 | 25,03 | 384,90 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1035 | 40,89 | 42,30 | 121,91 | 985,35 |

Заведующий производством





АО «Артис – Детское питание»

Ляско М.В.

Согласовано:

Директор школы №

МЕНЮ 1 неделя 5 день

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|---|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 3,93 | 6,33 | 23,85 | 168,62 |
| Бутерброд с сыром | 15/20 | 4,98 | 5,01 | 10,28 | 107,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,41 | 26,42 |
| Фрукты свежие | 110 | 0,44 | 0,33 | 11,33 | 51,70 |
| Итого завтрак: 63 руб | 500 | 9,55 | 11,67 | 51,87 | 353,74 |
| ОБЕД | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 0,86 | 6,10 | 4,64 | 77,53 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | 1,99 | 4,36 | 13,77 | 105,20 |
| Печень по-строгановски | 100 | 10,40 | 9,60 | 5,90 | 183,00 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,64 | 4,79 | 36,00 | 209,78 |
| Кисель из кураги | 180 | 0,94 | 0,05 | 27,78 | 116,17 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 785 | 26,23 | 26,70 | 130,75 | 904,26 |
| ОБЕД | | | | | |
| Винегрет овощной | 100 | 1,42 | 10,17 | 7,69 | 128,96 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 250/10 | 2,59 | 6,02 | 17,35 | 139,22 |
| Печень по-строгановски | 100 | 10,40 | 9,60 | 5,90 | 183,00 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,74 | 5,58 | 43,05 | 249,56 |
| Кисель из кураги | 180 | 0,94 | 0,05 | 27,78 | 116,17 |
| Фрукты свежие | 110 | 0,44 | 0,33 | 11,33 | 51,70 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1020 | 29,18 | 33,84 | 157,90 | 992,39 |

Заведующий производством _____