

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №17
 Н.Н.Цебекова

Утверждаю
 ИП Шарапова Л.Н.
 Республика Калмыкия
 Муниципальное предприятие
 ШАРАПОВА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ 1-4 классов

№	Наименование продукта	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. ккал
			Цена блока	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1- день							
Горячее питание							
№ 251	Буджарча	50/50	70,44	12,55	12,99	14,01	253,25
№ 290	или Птица тушеная			19,24	2,32	4,79	208,7
стр 185	Гречка отварная	150	16,64	6,45		37,5	198
45,46,29,49,50	Салат овощной	60	7,50	0,85	3,05	5,19	79,54
№ 376, 377	Чай сладкий	200	3,50	0,04	0	24,76	94,2
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00	2,04	0,34	14,70	68,47
	Итого	570	100,00	36,23	36,17	114,15	972,36
2-день							
Горячее питание							
№ 295	Котлеты из мяса птицы	60/50	68,50	12,16	10,88	2,72	190,4
№ 202- 203	Макарон. изд-я отварн.	150	13,60	8,77	9,35	57,93	236,51
№ 29	Салат овощной	60	7,50	0,59	3,69	2,24	44,52
№ 376, 377	Чай сладкий с/л	200	6,50	0,04	0	24,76	94,2
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	580	100,00	25,88	24,67	114,05	700,93
3 - день							
Горячее питание							
№ 97 - 119	Суп картоф. с макар изд-ми на м/б или с фрикадельками	250	54,95	7,29	5,7	16,99	258,5
	Конд. изд-е /Фрукты св.	200	25,00	0,04	0	9,8	47
№ 379	Какао с молоком	200	18,10	3,52	3,72	25,49	145,2
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	710	100,00	15,17	10,17	78,68	586
4 - день							
Горячее питание							
№ 295	Биточки из птицы	60/50	66,55	12,16	10,88	2,72	190,4
№ 312	Пюре картофельное	150	20,00	3,06	6,9	20,45	137,25
45,46,29,49,50	Салат овощной	60	8,00	0,46	3,65	1,43	96,39
№ 375, 376	Чай сладкий	200	3,50	0,2	0	14	28
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	580	100,00	20,2	22,18	65	587,34
5 - день							
Горячее питание							
№ 291, 265	Плов	250	80,85	19,4	9,5	34,7	301
№ 259	или Жаркое по-домашнему	0		17,21	4,67	13,72	265
№ 50, 52, 53, 54	Салат овощной	60	7,20	0,86	3,65	5,02	56,35
№ 376, 377, 352	Компот из с/фруктов	200	10,00	0,04	0	24,76	94,2
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	570	100,00	41,83	18,57	104,60	851,85

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №18
 Н.Н.Цебекова

Утверждаю
 ИП Шарапова Л.Н.
 Республика Калмыкия
 Муниципальное предприятие
 ШАРАПОВА ЛЮБОВЬ НИКОЛАЕВНА

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ 1-4 классов

№	Наименование продукта	Выход, г	Пищевые вещества				Энерг. ккал
			Цена блока	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6- день							
Горячее питание							
№ 279	Котлета гов./соус	60/50	68,50	9,45	10,6	10,56	225
стр 185	Гречка отварная	150	16,64	6,45		37,5	198
45,46,29,49,50	Салат овощной	60	7,50	0,85	3,05	5,19	79,54
№ 375, 376	Чай сладкий с/л	200	3,50	0,2	0	14	29,29
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	2,04	0,34	14,70	68,47
	Итого	580	100,00	21,58	20,89	95,15	670,50
7 - день							
Горячее питание							
№ 82-85	Борщ св.капусты м/б	250	55,40	5,83	4,56	15,39	218,8
	Яйцо отварное	50	22,60	2,7	4,6	0,28	162,8
	или Кондитерское изд - е	100					
№382	Какао с молоком	200	18,10	3,52	3,72	25,49	145,2
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	610	100,00	16,37	13,63	67,56	662,10
8 - день							
Горячее питание							
№ 295	Тефтели из мяса птицы	60/50	69,00	12,16	10,88	2,72	190,4
№ 202- 203	Макарон. изд-я отварн.	150	13,60	8,77	9,35	57,93	236,51
№ 29	Салат овощной	60	7,00	0,59	3,69	2,24	44,52
№ 376, 377	Чай сладкий с/л	200	6,50	0,04	0	24,76	94,2
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	580	100,00	25,88	24,67	114,05	700,93
9 - день							
Горячее питание							
№ 536	Биточки из птицы /котлета рыбн.	60/50	67,55	10,08	6,32	3,888	242,8
№ 312	Пюре картофельное	150	20,00	3,06	6,9	20,45	137,25
45,46,29,49,50	Салат овощной	60	7,00	0,46	3,65	1,43	40,38
	Компот из с/фруктов	200	3,50	0,2	0,00	26,00	150,80
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	580	100,00	16,08	17,32	78,16	706,53
10 - день							
Горячее питание							
№ 292, 289	Птица тушеная	50/50	70,41	9,46	10,6	10,56	225
№ 305	Рис припущенный	150	17,14	3,15	0,5	18,7	145,6
№ 50, 52, 53, 54	Салат овощной	60	7,00	0,86	3,65	5,02	56,35
№352, 376,377	Чай сладкий	200	3,50	0,2	0	31	106
	Хлеб пшеничный	30	1,95	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00	2,04	0,30	13,20	65,10
	Итого	570	100,00	17,99	15,50	91,68	668,25