**СВО**

**М Е Н Ю (Понедельник: 1 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| №173 сб. 2017г. | Каша вязкая молочная из овсяной крупы "Геркулес"  | 265/5 | 10,68 | 16,87 | 48,38 | 389,57 |
| №379 сб. 2017г. | Кофейный напиток с молоком  | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 |
|  | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| №14 сб. 2017г. | Масло (порциями)сливочное 72,5% м.д.ж. | 5 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 |
| №15 сб. 2017г.  | Сыр Российский (порциями)  | 15 | 6,96 | 8,85 | 0 | 108 |
| №377 сб. 2017г. | Кондитерское изделие (1 шт.в инд упаковке) | 45 | 3 | 9 | 23 | 180 |
|  | **ИТОГО:**   | **565** | **26,17** | **44,89** | **102,22** | **914,67** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (помидоры)  | 100 | 1,12 | 0,1 | 3,5 | 20 |
| №101 сб. 2017г. | Суп картофельный с крупой (рисовой)  | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 |
| №268 сб. 2017г. | Котлеты, биточки, шницели (из говядины)  | 100 | 15 | 22 | 13,02 | 312,73 |
| №203 сб. 2017г. | Макаронные изделия отварные с маслом  | 180/5 | 6,73 | 7,14 | 37,56 | 241,38 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №349 сб. 2017г. | Компот из смеси сухофруктов  | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 |
|  | **ИТОГО:**   | **885** | **28,98** | **32,56** | **118,06** | **891,86** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **55,15** | **77,45** | **220,28** | **1806,53** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Вторник: 1 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №291 сб. 2017г. | Плов из птицы  | 280/100 | 25,22 | 12,53 | 51,03 | 418,13 |
| №376 сб. 2017г. | Чай\* с сахаром  | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
|  | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| №338 сб. 2017г.  | Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)  | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 |
|  | **ИТОГО:**   | **630** | **28,05** | **13,27** | **92,55** | **605,03** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №75 сб. 2017г. | Икра свекольная  | 100 | 2,37 | 0,1 | 22,87 | 185,3 |
| №82 сб. 2017г. | Борщ с капустой и картофелем (со сметаной) | 250/10 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 103,75 |
| № 239 сб. 2017 г. | Рыба, тушеная в томате с овощами | 100/100 | 18,2 | 9,6 | 9,6 | 198 |
| № 128 сб. 2017 г. | Картофельное пюре | 180/5 | 3,82 | 11,29 | 22,18 | 213,19 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №491 сб. 2021г. | Компот из ягод замороженных  | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,7 | 44 |
|  | **ИТОГО:**   | **995** | **29,89** | **26,53** | **96,14** | **843,44** |
|  | **ВСЕГО:** | **57,94** | **39,8** | **188,69** | **1448,47** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Среда: 1 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| № 157 сб. 2021 г. | Овощи консервированные отварные | 100 | 1,2 | 4,7 | 7,7 | 78 |
| № 295 сб. 2017 г. | Котлеты рубленные из бройлер-цыплят | 100 | 15,3 | 29,4 | 15,46 | 388 |
| № 302 сб. 2017 г. | Каша рассыпчатая (из гречневой крупы) | 180/5 | 10,6 | 7,51 | 47,66 | 300,63 |
| № 377 сб. 2017 г. | Чай с лимоном\* | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | Печенье ( 1 шт. в индивидуальной упаковке) | 30 | 2,25 | 4,8 | 20,7 | 135 |
|  | **ИТОГО:**   | **652** | **31,76** | **46,67** | **121,48** | **1034,13** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №75 сб. 2017г. | Икра морковная  | 100 | 2,55 | 0,1 | 20,55 | 91,2 |
|  №102 сб. 2017г. | Суп картофельный с бобовыми  | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 |
| № 315 сб. 2015 г. | Голубцы ленивые ( с соусом сметанным) | 120/15 | 10,61 | 6,81 | 15,04 | 164 |
| № 125 сб. 2017 г. | Картофель отварной | 180/5 | 3,56 | 6,98 | 24,65 | 185 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №389 сб. 2017г. | Соки овощные, фруктовые и ягодные  | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
|  | **ИТОГО:**   | **920** | **23,19** | **17,12** | **112,41** | **709,95** |
|  | **ВСЕГО:** | **54,95** | **63,79** | **233,89** | **1744,08** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Четверг: 1 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №224 сб. 2017г. | Запеканка из творога с морковью (с молоком сгущенным)  | 220/30 | 26,04 | 24,68 | 81,79 | 653,57 |
| №382 сб. 2017г. | Какао с молоком  | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 |
|  | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| **№15 сб. 2017г.** | Сыр Российский (порциями) | 15 | 6,96 | 8,85 | 0 | 108 |
|  | **ИТОГО:**   | **495** | **39,36** | **37,31** | **114,13** | **950,67** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (помидоры)  | 100 | 1,12 | 0,1 | 3,5 | 20 |
| №88 сб. 2017г | Щи из свежей капусты с картофелем  | 250 | 1,77 | 4,95 | 7,9 | 89,75 |
|  №260 сб. 2017г. | Бройлер-цыпленок, тушенный в соусе | 100/50 | 18,91 | 21,83 | 3,75 | 287,3 |
| № 203 сб. 2017 г. | Макаронные изделия отварные с маслом | 180/5 | 6,73 | 7,14 | 37,56 | 241,38 |
|   | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №342 сб. 2017г. | Компот из свежих плодов  | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
|  | **ИТОГО:**   | **935** | **32,19** | **34,7** | **100,45** | **852,23** |
|  | **ВСЕГО:** | **71,55** | **72,01** | **214,58** | **1802,9** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Пятница: 1 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №211 сб. 2017г. | Омлет с сыром | 130 | 15,54 | 25,5 | 2,21 | 301 |
|   | Икра кабачковая (промышленного производства) | 70 | 0,84 | 3,36 | 5,39 | 54,6 |
| №377 сб. 2017г. | Чай с лимоном\*  | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
|  | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|   | **ИТОГО:**   | **430** | **18,79** | **29,12** | **37,56** | **488,1** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (огурцы)  | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10 |
|  №103 сб. 2017г. | Суп картофельный с макаронными изделиями  | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,46 | 118,25 |
| №278 сб. 2017г. | Тефтели 1-й вариант  | 100/50 | 11,09 | 12,29 | 14,62 | 214,09 |
| №305 сб. 2017г. | Рис припущенный  | 180/5 | 4,49 | 5,3 | 45,23 | 246,61 |
|   | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №350 сб. 2017г. | Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)  | 200 | 0,1 | 0,1 | 23,79 | 115 |
|   | **ИТОГО:**   | **935** | **22,67** | **21,15** | **122,66** | **803,15** |
|   | **ВСЕГО:** | **41,94** | **50,75** | **171,98** | **1347,65** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Суббота: 1 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №268 сб. 2017г. | Котлеты, биточки, шницели (из говядины)  | 100 | 15 | 22 | 13,02 | 312,73 |
| №302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)  | 180/5 | 7,79 | 5,56 | 47,92 | 272,88 |
| №376 сб. 2017г. | Чай\* с сахаром  | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
|   | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке) | 18 | 0,9 | 4,97 | 11,61 | 94,86 |
|  | **ИТОГО:**   | **533** | **26,04** | **32,79** | **102,31** | **810,97** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |  |
| №75 сб. 2017 г. | Икра свекольная  | 100 | 2,37 | 0,1 | 22,87 | 185,3 |
|  №84 сб. 2017г.  | Борщ с фасолью и картофелем  | 250 | 3,56 | 5,12 | 14,17 | 127,75 |
| №297 сб. 2017г.  | Фрикадельки из бройлеров-цыплят  | 100 | 13,02 | 18,05 | 7,36 | 243,64 |
|  №143 сб. 2017г. | Рагу из овощей | 180 | 3,19 | 19,78 | 15,48 | 255,6 |
|   | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №349 сб. 2017г. | Компот из смеси сухофруктов  | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 |
|  | **ИТОГО:**   | **880** | **26,30** | **43,66** | **111,75** | **1044,29** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **52,34** | **76,45** | **214,06** | **1855,26** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Понедельник: 2 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №182 сб. 2017г. | Каша жидкая молочная (из рисовой крупы)  | 200/10/10 | 6 | 3,6 | 52,8 | 268 |
| №14 сб. 2017г. | Масло (порциями)сливочное 72,5% м.д.ж. | 5 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 |
| №15 сб. 2017г.  | Сыр Российский (порциями)  | 15 | 6,96 | 8,85 | 0 | 108 |
|  | Печенье (1 шт. в индивидуальной упаковке) | 30 | 2,25 | 4,8 | 20,7 | 135 |
| №377 сб. 2017г. | Чай с лимоном\*  | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
|  | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | **ИТОГО:**   | **530** | **16,46** | **16,96** | **118,29** | **692,50** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\* (помидоры)  | 100 | 1,12 | 0,1 | 3,5 | 20 |
| №99 сб. 2017г. | Суп из овощей (со сметаной) | 250/10 | 1,59 | 4,99 | 9,15 | 95,25 |
| №268 сб. 2017г. | Котлеты, биточки, шницели (из говядины)  | 100 | 15 | 22 | 13,02 | 312,73 |
| №302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)  | 180/5 | 7,79 | 5,56 | 47,92 | 272,88 |
|   | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №389 сб. 2017г. | Соки овощные, фруктовые и ягодные  | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
|  | **ИТОГО:**   | **895** | **30,00** | **33,17** | **113,65** | **884,86** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **46,46** | **50,13** | **231,94** | **1577,36** |

## Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Вторник: 2 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|  №223 сб. 2017г. | Запеканка из творога (с молоком сгущенным)  | 200/20 | 18,88 | 13,45 | 31,55 | 388,96 |
| №382 сб. 2017г. | Какао с молоком  | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 |
|   | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| №338 сб. 2017г | Плоды свежие (яблоко, 1 шт) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 |
|  | **ИТОГО:**   | **570** | **25,72** | **17,71** | **75,65** | **634,46** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №75 сб. 2017г. | Икра свекольная  | 100 | 2,37 | 0,1 | 22,87 | 185,3 |
| №96 сб. 2017г.  | Рассольник Ленинградский  | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 |
| №295 сб. 2017г. | Котлеты рубленные из бройлер-цыплят  | 100 | 13,91 | 26,73 | 14,05 | 352,73 |
| №203 сб. 2017 г. | Макаронные изделия отварные с маслом  | 180/5 | 6,73 | 7,14 | 37,56 | 241,38 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №342 сб. 2017г. | Компот из свежих плодов  | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
|  | **ИТОГО:**   | **885** | **28,69** | **39,74** | **134,20** | **1100,46** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **54,41** | **57,45** | **209,85** | **1734,92** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Среда: 2 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №297 сб. 2017г.  | Фрикадельки из бройлеров-цыплят  | 100 | 13,02 | 18,05 | 7,36 | 243,64 |
| №302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)  | 180/5 | 10,6 | 7,51 | 47,66 | 300,63 |
| №376 сб. 2017г. | Чай\* с сахаром  | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
|   | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | **ИТОГО:**   | **515** | **25,97** | **25,82** | **84,78** | **674,77** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №75 сб. 2017г. | Икра морковная  | 100 | 2,55 | 0,1 | 20,55 | 91,2 |
| №101 сб. 2017г. | Суп картофельный с крупой (рисовой)  | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 |
|  №234/330 сб. 2017г.  | Котлеты или биточки рыбные (с соусом сметанным)  | 100/30 | 10,6 | 8,74 | 14,66 | 180,38 |
| №128 сб. 2017г.  | Картофельное пюре  | 180/5 | 3,82 | 11,29 | 22,18 | 213,19 |
|   | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №349 сб. 2017г. | Компот из смеси сухофруктов  | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 |
|  | **ИТОГО:**   | **915** | **23,10** | **23,45** | **121,37** | **802,52** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **49,97** | **54,24** | **217,76** | **1572,15** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Четверг: 2 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №210 сб. 2017г. | Омлет натуральный  | 170 | 15,8 | 28,14 | 2,99 | 328,28 |
|  №131 сб. 2017 г. | Горох овощной отварной (консервированный)  | 30/1,5 | 0,93 | 1,32 | 1,95 | 23,4 |
| №379 сб. 2017г. | Кофейный напиток с молоком  | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 |
|   | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|   | Биойогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке)  | 125 | 3,75 | 3,13 | 13,75 | 92,88 |
|  | **ИТОГО:**   | **556,5** | **25,93** | **35,51** | **49,4** | **615,66** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (огурцы)  | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10 |
| №82 сб. 2017г. | Борщ с капустой и картофелем (со сметаной) | 250/10 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 103,75 |
| №291 сб. 2017г. | Плов из птицы  | 280/100 | 25,22 | 12,53 | 51,03 | 418,13 |
|   | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №350 сб. 2017г. | Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)  | 200 | 0,1 | 0,1 | 23,79 | 115 |
|  | **ИТОГО:**   | **890** | **31,42** | **18,17** | **107,31** | **746,08** |
|  | **ВСЕГО:** | **57,35** | **53,68** | **156,71** | **1361,74** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Пятница: 2 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №239 сб. 2017г. | Котлеты «Школьные»  | 100 | 15,3 | 11 | 13,3 | 213 |
| №302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из ячневой крупы) | 180/5 | 10,6 | 7,51 | 47,66 | 300,63 |
| №377 сб. 2017г. | Чай с лимоном\*  | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
|   | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | **ИТОГО:**   | **522** | **28,31** | **18,77** | **90,92** | **646,13** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
|   | Икра кабачковая (промышленного производства) | 100 | 1,2 | 4,7 | 7,7 | 78 |
|  №103 сб. 2017г. | Суп картофельный с макаронными изделиями  | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,46 | 118,25 |
|  №289 сб. 2017г. | Рагу из птицы | 280/100 | 20,5 | 17,04 | 24,32 | 332,8 |
|   | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|   | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №388 сб. 2017г. | Напиток из плодов шиповника  | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,2 |
|  | **ИТОГО:**   | **880** | **28,57** | **25,38** | **90,10** | **716,45** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **56,88** | **44,15** | **181,02** | **1362,58** |
|  |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Суббота: 2 неделя)**

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры**  | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 12-18лет** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №173 сб. 2017г. | Каша вязкая молочная из (пшеничной крупы)  | 220/5 | 9,26 | 11,85 | 47,49 | 334,29 |
| №389 сб. 2017г. | Соки овощные, фруктовые и ягодные  | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
|  | Хлеб пшеничный  | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| №14 сб. 2017г. | Масло (порциями)сливочное 72,5% м.д.ж. | 5 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 |
| №15 сб. 2017г.  | Сыр Российский (порциями)  | 15 | 6,96 | 8,85 | 0 | 108 |
|  | **ИТОГО:**   | **505** | **19,58** | **28,19** | **82,58** | **663,59** |
|   | **Обед** |  |   |   |   |   |
| №70 сб. 2017 г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (помидоры) | 100 | 1,12 | 0,1 | 3,5 | 20 |
| №113 сб. 2017г. | Суп-лапша домашняя  | 250 | 2,57 | 5,54 | 11,62 | 115,75 |
| №227 сб. 2017г | Рыба припущенная  | 100/5 | 19,23 | 9,95 | 4,86 | 163,58 |
| №125 сб.2017г. | Картофель отварной | 180/5 | 3,56 | 6,98 | 24,65 | 185 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| **№342 сб. 2017г.** | Компот из свежих плодов  | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
|  | **ИТОГО:**   | **890** | **30,14** | **23,25** | **92,37** | **698,13** |
|  | **ВСЕГО:** | **49,72** | **51,44** | **174,95** | **1361,72** |

# Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_