

Утверждаю: ИИ Семкин Е.Б.
Согласовано: Смирнова Т.А.



Десятидневное меню

для обучающихся один из родителей которых является лицом, призванным на военную службу по мобилизации, иным участником специальной военной операции на территориях ДНР, ЛНР, Запорожской области, Херсонской области и Украины

Наименование блюд	масса порций	Пищевые вещества			К/кал	Цена
		жиры	белки	углеводы		
1 день завтрак						
Сыр порционный	15,00	4,42	3,61	0,04	54,38	13-30
Каша «Дружба» с маслом	200	5,55	10,20	41,80	257,97	27-00
Чай с сахаром	200,00	0,00	0,20	14,00	56,80	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30,00	1,65	2,19	15,03	83,73	3-00
Фрукт	55,00	0,00	1,72	10,06	47,12	23-74
Итого:					500	
обед						
Рассольник петербургский с куриным мясом со сметаной	250,00	16,44	9,81	5,74	210,18	32-11
Сыр порционный	20,00	4,42	3,61	0,04	54,38	17-70
Каша пшенная с маслом	200/10	3,06	8,30	52,30	167,00	25-14
Чай с сахаром	200,00	0,00	0,20	14,00	56,80	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	40,00	2,20	2,92	20,04	111,64	3-93
Итого:					600,00	153-92
2 день						
завтрак						
Масло порционное	10,00	7,60	7,79	6,55	106,38	10-00
Поджарка мясная (филе свинины)	50/50	7,60	7,79	6,55	101,80	46-70
Макаронны отварные	150,00	0,60	5,40	30,00	119,58	7-00
Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,00	0,40	14,20	60,60	7-81
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	40,00	2,20	2,92	20,04	111,64	3-93
Итого:					500	153-92
обед						
Суп картофельный с горохом с курицей	250	1,18	10,65	17,80	124,50	22-62
Суфле из куриного мяса с соусом	50	2,25	9,05	1,10	60,85	43-00
Рис припущенный	150,00	7,09	3,75	41,85	246,21	14-00
Чай с сахаром	200,00	0,00	0,20	14,00	56,80	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	40,00	2,20	2,92	20,04	111,64	3-93
Итого:					600,00	153-92
3 день						
завтрак						
Плов мясной (филе куриное)	210	8,82	16,38	28,35	258,3	48-00
Чай с сахаром	200	0	0,2	14	56,8	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30	1,65	2,19	15,03	83,73	3-00
Кондитерское изделие	40	1,51	2,4	19,48	101,17	9-29
Итого:					500	

обед						
Щи из свежей капусты с куриным мясом со сметаной	250	14,49	7,93	5,99	100,00	24-00
Сыр порционный	20,00	5,9	4,82	0,06	72,62	17-70
Масло порционное	20,00	4,42	3,61	0,04	54,38	20-00
Каша молочная рисовая	200,00	10,98	14,60	21,20	176,65	20-00
Чай с сахаром	200,00	0,00	0,20	14,00	56,80	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	50,00	5,30	2,92	20,04	139,55	3-93
Итого:					600,00	153-92
4 день						
завтрак						
Сосиска отварная с соусом	50/50	18,15	6,5	2,02	127,5	29-19
Пюре картофельное	200,00	6,90	4,16	35,04	212,0	22-00
Напиток из шиповника	200,00	0,00	0,70	28,70	68,10	12-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30,00	0,73	2,19	15,03	75,53	3-00
Кондитерское изделие (печенье 2 шт.)	20	0,49	0,1	3	16,87	8-25
Итого:					500	
обед						
Суп крестьянский с крупой с куриным мясом	250	7,16	3,61	5,26	100,00	26-00
Масло порционное	20,00	15,14	0,14	0,44	138,60	20-00
Каша пшеничная с маслом	200/05	3,06	8,30	52,30	192,96	25-00
Чай с сахаром	200	0	0,2	14	56,8	4-00
Хлеб рж-пш, пшеничный	46,00	2,20	2,92	20,04	111,64	4-48
Итого:					600,00	153-92
5 день						
завтрак						
Запеканка с творогом со сгущенным молоком	150/25	12,7	19,8	16,1	257,97	40-00
Сыр порционный	20,00	5,9	4,82	0,06	72,62	17-70
Чай с сахаром	200,00	0	0,2	14	56,8	4-00
Хлеб пшеничный	95,00	1,65	2,19	15,03	83,73	3-00
Фрукт	50	0	0,16	7,06	28,88	20-00
Итого:					500	
обед						
Суп вермишелевый с куриным мясом	250	9,84	12,70	8,70	100,00	25-00
Каша молочная Здоровье с маслом	200	1,51	9,48	53,80	185,68	23-00
Чай с сахаром	200	0	0,2	14	56,8	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30	1,65	2,19	15,03	83,73	3-00
Кондитерское изделие	40	1,51	2,4	19,48	101,17	14-22
Итого:					600,00	153-92
6 день						
завтрак						
Масло сливочное порционное	20,00	15,14	0,14	0,44	138,6	20-00
Сосиска отварная с соусом	50/50	3,75	7,5	3	75,77	29-19
Каша гречневая рассыпчатая	150,00	1,5	5,85	26,1	141,3	19-25
Чай с сахаром	200,00	0,0	0,4	14,2	60,6	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30,00	1,65	2,19	15,03	83,73	3-00
Итого:					500	

обед						
Борщ из свежей капусты с куриным мясом со сметаной	250,00	3,28	11,98	9,54	103,80	23-03
Сыр порционный	20,00	5,9	4,82	0,06	72,62	17-70
Каша молочная рисовая	200/10	6,95	6,65	32,74	207,55	20-00
Чай с сахаром	200,00	0,00	0,40	14,0	56,80	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	50,00	0,60	7,60	52,30	72,50	5-00
Кондитерское изделие	20,00	1,65	2,19	15,03	86,73	8-75
Итого:					600,00	153-92
7 день						
завтрак						
Сыр порционный	20,00	5,9	4,82	0,06	72,62	17-70
Омлет натуральный с маслом	110/5	20,8	14,80	2,80	257,97	37-74
Чай с сахаром	200,00	0	0,2	14	56,8	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	40,00	1,65	2,19	15,03	83,73	3-93
Кондитерское изделие (печенье 4 шт)	85	0	0,16	7,06	28,88	11-50
Итого:					500	
обед						
Солянка домашняя со сметаной	250/10	8,85	8,60	16,30	128,88	25-05
Масло порционное	20,00	15,14	0,14	0,44	138,6	20-00
Каша «Дружба» с маслом	200/5	5,55	10,2	41,8	191,99	27-00
Чай с сахаром	200,00	0	0,2	14	56,8	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30,00	1,65	2,19	15,03	83,73	3-00
Итого:					600,00	153-92
8 день						
завтрак						
Биточки куриные с соусом	100/50	14,19	10,19	16,2	233,32	29-00
Рис припущенный с овощами	150/50	5,9	4,82	0,06	72,62	15-00
Напиток из шиповника	200,00	0,00	0,70	19,66	81,45	12-00
Хлеб рж-пш, пшеничный	30,00	1,65	2,19	15,03	83,73	3-00
Фрукт	40,00	0,00	0,16	7,06	28,88	19-92
Итого:					500	
обед						
Суп лапша домашняя с куриным мясом	250,00	9,85	8,70	6,70	178,70	25-00
Котлета рыбная с соусом	70,00	3,50	20,50	7,50	80,00	21-00
Картофельное пюре	200,00	6,90	4,16	35,04	212,00	22-00
Чай с сахаром	200,00	0,00	0,10	14,00	56,80	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30,00	0,60	7,60	52,30	72,50	3-00
Итого:					600,00	153-92
9 день						
завтрак						
Жаркое по домашнему из свинины	50/200	10,98	14,6	21,2	242,05	62-44
Компот из с/ф	200,00	0	0,06	29	118,4	10-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	50,00	2,75	3,65	25,05	139,55	3-00
Итого:					500	
обед						
Борщ из свежей капусты с куриным мясом со сметаной	250,00	4,98	6,98	4,54	95,22	23-03
Каша кукурузная молочная	200/5	2,21	9,66	44,39	236,1	20-00

Сыр порционный	20,00	5,90	4,82	0,06	72,62	17-70
Чай с сахаром	200,00	0,00	0,10	15,00	56,80	4-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	30,00	0,60	7,60	52,30	72,50	3-00
Фрукт (яблоко)	55	0,00	0,40	11,30	66,76	10-75
Итого:					600,00	153-92
10 день						
завтрак						
Тефтели мясные с рисом «Ежики» (куриное филе)	60,00	10,58	1,2	2,58	110,4	37-51
Соус сметанный с томатом	50,00	2,85	0,95	3,25	39	3-00
Макароны отварные	150,00	0,6	5,4	30,00	147	7-00
Сок	200,00	0,00	0,00	23,00	92	24-00
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	40,00	2,2	2,92	20,04	111,6	3-93
Итого:					500	
обед						
Суп вермишелевый с куриным мясом	200,00	10,00	8,70	6,70	83,80	25-00
Каша молочная геркулесовая с маслом	200/10	7-14	6,77	23,05	183,56	24-00
Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,20	0,40	14,20	60,60	7-81
Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	55,00	0,60	7,60	72,30	132,90	5-50
Кондитерское изделие	10	5,80	3,83	21,83	139,14	16-17
Итого:					600,00	153-92

Бухгалтер  Тендитная Т.А.

Ответственный за питание _____