



Меню 7-11

9 января

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная	250	8,6	8,6	28,9	266
Сыр порционный	15	4,6	7,6	4,0	134
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батончик к чаю	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Итого за Завтрак:	620	17,3	22,5	78,7	620
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	6,3	4,4	20,2	145
Рагу из овощей со свининой	250	7,6	6,8	63,2	297
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	20	4,7	1,8	23,4	142,5
Итого за Обед:	720	18,6	13,0	129,7	674
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Булочка с изюмом	50	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	350	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1690	46,6	69,7	348,9	1692

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав.производством _____



Меню 12-18

9 января

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная	250	8,6	8,6	28,9	266
Сыр порционный	15	4,6	7,6	4,0	134
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батончик к чаю	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Итого за Завтрак:	620	17,3	22,5	78,7	620
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	280	6,3	5,9	20,2	166
Рагу из овощей со свиной	250	7,6	6,8	63,2	297
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	40	5,1	2,0	25,5	155,4
Батон йодированный	20	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Обед:	800	22,6	16,0	142,1	777
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Булочка с изюмом	50	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	350	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1770	59,6	86,7	448,8	1823

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав. производством _____

"Согласовано"
Директор МОУ СПШ



ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню 7-11

III день I недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пудинг из творога с джемом	140/25	21,8	9,4	27,9	282
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	20	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за Завтрак:	505	24,4	15,1	63,5	450
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	6,0	6,8	21,3	169
Плов со свининой	200	6,7	7,8	17,9	353
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	60	5,1	2,0	25,5	155,4
Батон йодированный	35	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за Обед:	720	19,9	17,3	87,6	784
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Булочка с сахаром	100	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	350	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1575	58,1	61,9	265,7	1649

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав.производством _____

"Согласовано"
Директор МОУ СП



Меню 12-18

III день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пудинг из творога с джемом	140/25	21,8	9,4	27,9	282
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	65	4,5	1,7	30,8	157,2
Итого за Завтрак:	550	27,0	16,1	81,4	542
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	280	6,0	6,8	21,3	169
Плов со свининой	250	8,4	9,7	22,4	441
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	60	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	800	19,7	18,5	79,2	806
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Булочка с сахаром	100	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	350	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1700	65,8	71,3	290,8	1756

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СП



Меню 7-11

IV день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	
Завтрак					
Курица в кисло-сладком соусе	90	11,7	5,0	12,6	144
каша гречневая рассыпчатая с	200	7,2	5,1	48,3	268
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Завтрак:	555	22,9	11,6	101,6	604
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,8	3,9	10,5	143
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными консервированными	200/25	10,8	27,3	31,8	416
Компот из ягод	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	45	3,8	1,5	19,1	116,6
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за Обед:	525	24,7	33,6	99,7	844
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Булочка с изюмом	50	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	350	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1430	51,7	75,8	250,4	1874

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СП



ООО

"Агрофирма-Ярославль"



Меню 12-18

IV день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Курица в кисло-сладком соусе	90	11,7	5,0	12,6	144
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	7,2	5,1	48,3	268
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Завтрак:	555	22,9	11,6	101,6	604
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	280	8,7	4,4	11,8	160
Жаркое по-домашнему с овощами натуральными консервированными	250/20	10,8	27,3	31,8	416
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	55	5,5	2,1	27,6	168,4
Итого за Обед:	815	25,3	33,8	81,2	776
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Булочка с изюмом	50	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	350	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
 Итого за день:	1720	59,7	83,1	271,3	1806

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СПШ



ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню 7-11

V день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета рыбная	90	12,7	18,7	54,5	234
Пюре картофельное с овощами натуральными консервированными	150/25	3,3	5,0	22,1	148
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	50	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за Завтрак:	525	19,6	25,0	103,6	527
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	6,3	4,4	20,2	145
Гуляш из курицы	90	12,0	9,8	2,6	146
Макароны отварные со сл.маслом	150	7,0	4,6	44,6	251
Напиток из шиповника с изюмом	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	30	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за Обед:	720	28,8	20,1	107,3	671
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Булочка с сахаром	100	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	350	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1595	64,3	60,2	289,8	1606

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Козырева С.В.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СПШ



Меню 12-18

V день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета рыбная	90	12,7	18,7	54,5	234
Пюре картофельное с овощами натуральными консервированными	180/25	4,0	6,0	26,5	178
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	45	3,4	1,3	17,0	103,6
Итого за Завтрак:	550	20,3	26,0	108,0	557
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	6,3	4,4	20,2	145
Гуляш из кури	90	12,0	9,8	2,6	146
Макароны отварные со сл.маслом	200	7,6	5,0	48,2	271
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	30	3,4	1,3	17,0	103,6
Батон йодированный	20	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за Обед:	800	31,7	21,4	113,5	785
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Булочка с сахаром	100	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
Итого за Полдник:	350	6,8	11,3	97,0	408
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1705	59,6	73,9	322,8	1750

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав.производством _____

"Согласовано"

Директор МОУ СПШ



Меню 12-18

VI день I неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
Плов со свининой	180	7,8	9,0	20,1	423
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за Завтрак:	550	12,3	15,5	68,5	656
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Суп картофельный с яйцом	250	3,9	5,8	20,0	148
Гуляш из печени	100	16,0	18,0	21,0	185
Картофель тушеный	200	7,6	14,2	27,1	253
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,2	0,0	10,0	41
Хлеб ржаной	50	5,1	2,0	25,5	155,4
Итого за Обед:	800	32,8	40,0	103,6	783
Цена комплекса 75-00 руб.					
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Фрукт	1 шт	0,5	5,0	12,7	61
Булочка с изюмом	50	9,0	17,0	22,0	277
Итого за Полдник:	350	9,5	22,0	54,7	426
Цена комплекса 75-00 руб.					
Итого за день:	1700	77,0	97,1	356,6	2107

Директор _____ Ивченко С.В.

Бухгалтер _____ Козырева С.В.

Зав.производством _____