



Утверждаю:

Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 12 лет и старше на 01 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/15	6,1	7,8	7,9	126	21,07
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,5	7,7	26,0	203	18,37
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	15,5	63	6,82
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	89	23,25
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	10,60
						80,00
<b>Обед</b>						
Салат "Дальневосточный" из капусты с яйцом отварным	100	5,5	10,5	1,7	123	15,64
Суп из овощей с курицей	250/10	5,9	6,3	16,0	144	22,50
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	118	49,25
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	197	9,06
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	9,00
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,15
						109,60
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>ИТОГО:</b>						
		43	45	173	1268	189,60

Завхоз

*Урал*



/Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 7 до 10 лет на 01 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	5,8	6,4	7,9	112	21,07
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	18,37
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	15,5	63	6,82
Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,0	21,6	89	23,25
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	10,50
<b>Обед</b>						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		<b>14</b>	<b>14</b>	<b>71</b>	<b>467</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Урал*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./



**Меню для детей с 12 лет и старше на 02 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>20,7</b>	<b>23,4</b>	<b>78,5</b>	<b>607</b>	
Бутерброд с сыром	20/20	5,7	6,2	7,2	107	17,10
Котлета рыбная запечённая	100	10,3	9,3	12,9	176	27,02
Гречка вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173	8,33
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,85
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	17,70
						80,00
<b>Обед</b>		<b>27,9</b>	<b>32,2</b>	<b>100,6</b>	<b>804</b>	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	18,90
Борщ с калустой и картофелем, со сметаной	250/5	2,3	4,9	16,7	120	13,41
Бедро или грудка куриные запечённые домашние	100	16,2	15,1	0,7	204	35,00
Рагу из овощей	180	5,2	11,3	23	215	23,95
Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	14,03
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,31
						109,60
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>49</b>	<b>56</b>	<b>179</b>	<b>1411</b>	<b>189,60</b>

Завхоз Ураф

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./



**Меню для детей с 7 до 10 лет на 02 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83	17,10
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176	27,02
Гречка вязкая отварная	150	3,3	4,4	23,5	147	8,33
Кофейный напиток	200	1,7	4,5	24,3	149	9,85
Фрукт в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	17,70
<b>Обед</b>						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		<b>21</b>	<b>22</b>	<b>82</b>	<b>614</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Урал*

**Меню для детей с 12 лет и старше на 05 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Количество					Цена, руб.
	Всего	Бульон	Мясной	Рыбный	Овощной	
<b>Утренний завтрак</b>						
Омлет натуральный	100	2,3	0,1	3,0	21	5,17
Плов из мяса	200	15,4	15,3	46,7	400	20,10
Каша с молоком	200	3,4	5,0	01,2	127	12,85
Хлеб пшеничный	40	3,0	3,3	34,5	117	4,16
						40,00
<b>Обед</b>		25,0	10,7	48,4	792,5	
Салат овощной	100	3,0	3,0	8,1	91	11,50
Суп гороховый с рыбой	200/30	6,7	6,0	18,1	166	23,50
Ветчина с картофелем	100	16,1	14,5	17,0	230	16,20
Картофель грибочки	100	3,7	4,7	14,3	117	10,50
Чай с сахаром	300	3,0	3	15	91	3,30
Хлеб пшеничный	40	3,0	3,3	34,5	117	4,16
						109,20
<b>Полдник</b>		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого:</b>		45	31	167	1441	169,50

Заведующий Урал



Утверждаю:

Барсукова Г.Ш./



Меню для детей с 7 до 10 лет на 05 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Валюды г	Белки г	Жиры г	Угл. г	ЭЦ. ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Овощи натуральные	80	0,7	0,1	2,7	14	5,17
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319	58,10
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	12,55
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
<b>Обед</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>Итого:</b>		<b>18</b>	<b>17</b>	<b>69</b>	<b>500</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Г.Ш. Барсукова*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 12 лет и старше на 06 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Горячий завтрак</b>			<b>8,5</b>	<b>14,6</b>	<b>76,7</b>	<b>472</b>	
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196	18,48	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	134	13,21	
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,46	
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	27,35	
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	13,50	
						80,00	
<b>Обед</b>			<b>17,1</b>	<b>20,6</b>	<b>55,1</b>	<b>474,7</b>	
Салат из моркови	100	1,1	5,0	9,1	86	7,17	
Свекольник со сметаной	250/5	2,5	4,9	16,2	119	12,16	
Печень, тушеная в соусе	120	10,5	9,9	5,5	153	61,44	
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	7,29	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83	7,22	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18	
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	10,13	
						109,60	
<b>Полдник</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>26</b>	<b>35</b>	<b>132</b>	<b>947</b>	<b>189,60</b>	

Завхоз

*Ураф*

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./



**Меню для детей с 7 до 11 лет на 06 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196	18,48
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	134	13,21
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,46
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	27,36
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	13,50
<b>ОБЕД</b>						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Полдник</b>		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого</b>		9	15	82	500	80,00

Завхоз

*Урал*



**Меню для детей с 12 лет и старше на 07 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Горячий завтрак</b>			16,6	14,2	44,8	374	
Фрихдельки из кур	100	10,8	10,9	5,4	163	46,49	
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173	11,16	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94	8,49	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18	
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	9,69	
							80,00
<b>Обед</b>			27,6	25,6	127,3	850	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	6,30	
Суп гороховый с гречками	250/20	3,1	4,1	31,7	176	9,82	
Биточки рыбные	100	15,5	12,9	14,4	239	34,57	
Картофель толченый, по деревенски	180	4,9	7,7	33,0	221	18,34	
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	15,08	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18	
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	21,30	
							109,60
<b>Полдник</b>			0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>ИТОГО:</b>		44	40	172	1224	189,60	

Завхоз

*Урал*



Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 7 до 10 лет на 07 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		7,0	18,2	67,3	504	
Фрикадельки из кур	100	1,1	10,9	5,4	163	46,49
Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	149	11,15
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94	8,49
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Фрукт в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	9,69
<b>Обед</b>		0,0	0,0	0,0	0	
<b>Полдник</b>		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		7	18	67	504	80,00

Завхоз Урал

Утверждено:

(Барсукова Г.М.)

Меню для детей с 12 лет и старше на 08 сентября 2022 г.						
Наименование блюда	Количество продуктов					Цена руб
	Валек, г	Валек, г	Финанс	Хлб. г	Эк. экв	
<b>Горячий завтрак</b>						
Каша овсяная жидкая с маслом	200г	4,8	6,0	25,0	193	19,47
Кондитерское изделие (кофеяты)	18	0,4	0,8	6,4	27,7	21,90
Кофейный напиток	300	2,3	2,5	14,8	91	9,42
Хлеб пшеничный	80	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукт	180	0,8	0,0	21,8	89	25,08
						80,00
<b>Обед</b>						
Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком	100	1,4	8,0	4,7	70	10,26
Суп куриный со сметаной	350г	7,7	9,7	18,7	193	26,47
Мясо тушеное	100	10,3	9,9	3,8	148	48,90
Пюре картофельная	180	3,9	8,0	26,7	176	16,59
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,8	83	7,22
Хлеб пшеничный	80	3,0	0,8	24,3	117	4,18
						109,80
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>	<b>41</b>	<b>147</b>	<b>1096</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Урал*





Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 08 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Диетический состав					цена, руб	
	Вода, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Эц, ккал		
<i>Горячий завтрак</i>			8,2	10,9	63,8	388	
Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	4,8	6,9	28,0	193	19,47	
Кондитерское изделие (печенье, вафли)	40	1,1	1,5	21,0	102	21,90	
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,42	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18	
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	25,03	
<i>Обед</i>			0,0	0,0	0,0	0	
<i>Полдник</i>			0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>			<b>8</b>	<b>11</b>	<b>64</b>	<b>388</b>	<b>80,00</b>

Завхоз Урал



Утверждаю:

МАОУ

Амурская

СОШ №

Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 12 лет и старше на 09 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>17,1</b>	<b>18,4</b>	<b>97,4</b>	<b>624</b>	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,27
Шницель из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236	54,25
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	6,39
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	15,08
						80,00
<b>Обед</b>		<b>26,3</b>	<b>25,6</b>	<b>106,0</b>	<b>759,8</b>	
Суп с крупой с курицей	250/10	6,5	6,4	20,1	164	16,66
Жаркое по-домашнему	250	15,7	17,9	32,3	353	71,92
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	23,9	98	7,85
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	9,00
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	<b>0,0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>43</b>	<b>44</b>	<b>203</b>	<b>1384</b>	<b>189,60</b>

Завхоз Урал

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 09 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,27
Шницель из говядины	90	8,1	11,8	14,3	196	54,25
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175	6,39
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15	60,8	15,08
<b>Обед</b>						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0	0,0	
<b>ИТОГО:</b>						
		13	15	72	471	80,00

Завхоз Урал





Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

МАОУ  
«Ачирская  
СОШ»

**Меню для детей с 12 до 18 лет на 12 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<i>Горячий завтрак</i>		24,5	28,9	53,7	573	
Фрикасе из птицы	100	18,5	18,7	0,7	245	37,25
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	180	3,2	7,7	37,9	233,7	23,53
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	27,7	6,75
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94	8,49
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	3,98
						80,00
<i>Обед</i>		35,3	30,3	98,0	806	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	6,93
Борщ "Сибирский" со сметаной	250/5	3,5	4,7	18,0	128	10,29
Рыба запеченная с сыром	100	23,8	18,8	5,1	285	56,04
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	17,07
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	15,08
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
						109,60
<i>Полдник</i>		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		60	59	152	1379	189,60

Завхоз Урал

Утверждаю:

Барсукова Г.Ш./

« Ачирская

Меню для детей с 7 до 10 лет на 12 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Валей, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
<i>Горячий завтрак</i>			17,6	21,1	37,6	411	
Фрикасе из птицы	90	14,5	14,8	0,6	194	37,25	
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	150	2,7	5,8	31,6	189,4	23,53	
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	5,75	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94	8,40	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	3,98	
<i>Обед</i>			0,0	0,0	0,0	0	
<i>Полдник</i>			0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>			18	21	38	411	80,00

Завхоз

*Урал*





Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 12 лет и старше на 13 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,6	134	13,21
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,5	7,7	26,0	203	17,96
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,33
Кондитерское изделие (пряник, печенье)	60	1,8	2,5	32,0	158	9,60
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	89	36,91
<b>Обед</b>						
Салат из моркови и яблок	100	0,9	5,2	9,3	88	9,46
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10/5	5,8	6,5	12,0	130	20,46
Печень говяжья по-строгански	120	14,3	12,9	4,4	191	49,32
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	7,59
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	23,9	98	7,86
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	10,73
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		<b>41</b>	<b>46</b>	<b>217</b>	<b>1448</b>	<b>189,60</b>

Завхоз Ураф



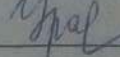
Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./



**Меню для детей с 7 до 10 лет на 13 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<i>Горячий завтрак</i>			<b>4,2</b>	<b>9,4</b>	<b>70,4</b>	<b>383,0</b>	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	134	13,21	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	17,96	
Кондитерское изделие (печенье, вафли)	40	1,1	1,5	21,0	102	2,33	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15	60,8	9,60	
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	36,91	
<i>Обед</i>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<i>Полдник</i>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>4</b>	<b>9</b>	<b>70</b>	<b>383</b>	<b>80,00</b>	

Завхоз \_\_\_\_\_ 

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 12 лет и старше на 14 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>22,4</b>	<b>19,3</b>	<b>92,5</b>	<b>633</b>	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	6,30
Биточки рыбные	100	15,5	12,9	14,4	236	29,87
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	17,17
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,37
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	89	15,12
						80,00
<b>Обед</b>		<b>15,7</b>	<b>33,1</b>	<b>103,9</b>	<b>816,7</b>	
Салат из свеклы с сыром	100	6,1	12,9	7,7	171	
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113	30,76
Гречка по-купечески с мясом	200	1,8	13,5	32,5	299	58,58
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	9,31
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	27,7	6,75
						109,60
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>38</b>	<b>52</b>	<b>196</b>	<b>1450</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Муров*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 14 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>18,5</b>	<b>16,2</b>	<b>57,6</b>	<b>450</b>	
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	8	6,30
Биточки рыбные	90	14,0	11,6	13,0	212	29,87
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	17,17
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,37
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	15,12
<b>Обед</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>19</b>	<b>16</b>	<b>58</b>	<b>450</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Ура*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 12 лет и старше на 15 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					Итого, кВт	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Кал. ккал		
<b>Горячий завтрак</b>			16,0	16,4	68,9	483	
Бутерброд с сыром	20/20	5,7	5,2	7,2	107	19,44	
Каша рисовая жидкая	200	5,4	7,2	27,5	198	20,40	
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,55	
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	21,06	
Кондитерское изделие (печенье)	60	1,8	2,5	32,0	158	9,80	
							80,05
<b>Обед</b>			26,2	37,2	52,3	648,8	
Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,6	5,1	9,5	91	6,60	
Суп из овощей на мясном бульоне	250/5	4,4	5,2	16,5	128	23,05	
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом	250/5	20,2	26,9	26,7	430	74,43	
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,33	
Хлеб пшеничный	50	3,0	6,8	24,3	117	6,18	
							108,60
<b>ИЛИ</b>							
<b>Полдник</b>			0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>			41	54	121	1132	169,65

*Уклад*

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 15 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>15,7</b>	<b>15,4</b>	<b>89,9</b>	<b>561</b>	
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83	19,44
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	20,40
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,50
Фрукт в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	21,06
Кондитерское изделие (печенье, вафли)	40	1,1	1,5	21,0	102	9,60
<b>Обед</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
или						
<b>ИТОГО:</b>		<b>16</b>	<b>15</b>	<b>90</b>	<b>561</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Урал*



# Меню для детей с 12 лет и старше на 16 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		12,8	15,4	53,4	403	
Салат из моркови с изюмом	100	1,2	0,1	15,0	66	0,00
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	118	48,41
Каша рассыпчатая гречневая	180	3,7	7,9	50,0	286	17,28
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127	10,15
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
						80,00
<b>Обед</b>		24,9	26,0	120,3	815	
Салат картофельный с огурцами	100	1,6	5,0	8,4	85	6,85
Уха ростовская	250/30	5,5	5,9	18,9	151	27,20
Фрикадельки из кур	100	10,8	10,9	5,4	163	32,11
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	7,59
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	22,2	90	10,00
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	89	21,66
						109,60
<b>Полдник</b>		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>ИТОГО:</b>		38	41	174	1219	189,60

Завхоз





Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

МАОУ

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 16 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>12,2</b>	<b>14,1</b>	<b>35,4</b>	<b>317</b>	
Салат из моркови с изюмом	80	1	0,1	12,8	56	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	118	48,41
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,1	6,6	32,0	200	17,28
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127	10,15
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
<b>Обед</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>12</b>	<b>14</b>	<b>35</b>	<b>317</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Урал*

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./



**Меню для детей с 12 лет и старше на 19 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>22,2</b>	<b>18,0</b>	<b>67,8</b>	<b>522,0</b>	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	6,30
Суфле рыбное	120	17,1	12,0	5,2	197	39,63
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	14,82
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	15,08
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
						80,00
<b>Обед</b>		<b>21,7</b>	<b>17,7</b>	<b>68,4</b>	<b>520,1</b>	
Овощи натуральные (помидоры)	100	1,1	0,1	3,8	21	8,34
Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,9	19,7	152	24,00
Бефстроганов из говядины	100	12,5	10,9	5,6	171	45,97
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	3,2	7,7	37,9	234	24,81
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,33
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,13
						109,60
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>44</b>	<b>36</b>	<b>136</b>	<b>1042</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Урал*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 19 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>18,4</b>	<b>13,8</b>	<b>71,1</b>	<b>482</b>	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	11	6,30
Суфле рыбное	90	12,8	9	3,9	148	39,63
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	14,82
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	15,08
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
<b>Обед</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>18</b>	<b>14</b>	<b>71</b>	<b>482</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*М.И.И.*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 12 лет и старше на 20 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Эц. ккал		
<i>Горячий завтрак</i>			9,5	16,3	67,4	454	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	134	13,35	
Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	4,8	6,9	28,0	193	19,32	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	2,33	
Йогурт	125	1,8	1,5	4,5	39	18,93	
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	27,7	28,08	
						80,00	
<i>Обед</i>			28,9	30,0	113,8	841	
Салат из капусты белокачанной	100	2,1	5,1	9,3	92	7,74	
Рассольник ленинградский с курицей	250/10/5	7,2	5,9	16,4	144	13,23	
Жаркое по - домашнему	250	15,7	17,9	32,3	353	72,25	
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	23,9	98	7,85	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18	
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	4,34	
						109,60	
<i>Полдник</i>			0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		38	46	181	1295	189,60	

Завхоз

*Урал*

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 12 лет и старше на 21 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>18,9</b>	<b>21,5</b>	<b>83,9</b>	<b>605,2</b>	
Биточки рублённые из птицы запечённые, с маслом	100/5	12,6	16,5	12,4	249	36,50
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35	196,6	11,70
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,37
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	20,36
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,08
						80,00
<b>Обед</b>		<b>20,9</b>	<b>16,9</b>	<b>88,4</b>	<b>590</b>	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	6,30
Суп с крупой с курицей	250/10	6,5	6,4	20,1	164	16,55
Котлета рыбная запечённая	100	10,3	9,3	12,9	176	32,14
Картофель толчёный, по-деревенски	180	4,9	7,7	33,0	221	18,27
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83	7,22
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	24,91
						109,60
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>40</b>	<b>38</b>	<b>172</b>	<b>1195</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Урал*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 21 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Горячий завтрак</b>			<b>17,0</b>	<b>19,5</b>	<b>77,4</b>	<b>553</b>	
Биточки рубленые из птицы запечённые, с маслом	90/5	11,4	15,2	11,2	227	36,50	
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	11,70	
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,37	
Фрукт в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	20,36	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,08	
<b>Обед</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>Полдник</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>			<b>17</b>	<b>20</b>	<b>77</b>	<b>553</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Урал*

Утверждаю:

(Барсукова Г.Ш.)

**Меню для детей с 12 лет и старше на 22 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белок, г	Жир, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
<i>Горячий завтрак</i>			<b>10,7</b>	<b>16,0</b>	<b>106,6</b>	<b>613</b>
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	155	18,45
Булочка домашняя	100	3,8	7,8	41,0	249	24,71
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	15,6	63	6,21
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	25	6,75
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,29
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	19,59
						60,00
<i>Обед</i>			<b>34,7</b>	<b>33,8</b>	<b>99,0</b>	<b>839,3</b>
Винегрет овощной	100	1,5	5,0	14,9	111	14,95
Суп лапша домашняя на курином бульоне	250	2,4	5,3	10,1	98	10,07
Птица отварная	100	23,6	17,7	0,7	257	39,84
Капуста тушеная	180	3,7	4,7	14,9	117	12,33
Компот из изюма	200	0,3	0,0	25,5	103	5,81
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	22,45
						109,60
<i>Полдник</i>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>45</b>	<b>50</b>	<b>206</b>	<b>1452</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Удов*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 22 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>9,5</b>	<b>15,4</b>	<b>89,9</b>	<b>536</b>	
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28	196	18,45
Булочка домашняя	100	3,8	7,8	41,0	249	24,71
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0	15,5	63	6,21
Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	6,75
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,28
Фрукт в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	15,59
<b>Обед</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>10</b>	<b>15</b>	<b>90</b>	<b>536</b>	<b>80,00</b>

Завхоз \_\_\_\_\_

*Урал*

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 12 лет и старше на 23 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с джемом	20/26	1,8	0,2	21,0	93	14,18
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	400	63,60
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	2,23
						80,00
<b>Обед</b>						
Салат из моркови с сыром	100	5,5	9,5	7,4	137	21,12
Суп крестьянский с мукой со сметаной	250/5	3,1	5,2	17,2	128	9,25
Фрикадельки рыбные с маслом	100/5	12,8	8,8	7,6	161	40,76
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	197	11,19
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	15,00
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	5,40
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>		<b>47</b>	<b>45</b>	<b>207</b>	<b>1420</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Чел*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 23 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>14,5</b>	<b>13,9</b>	<b>72,5</b>	<b>473</b>	
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	14,18
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319	63,50
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,33
<b>Обед</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>15</b>	<b>14</b>	<b>73</b>	<b>473</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*Урал*

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 12 лет и старше на 26 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Горячий завтрак</b>			<b>19,1</b>	<b>23,5</b>	<b>50,9</b>	<b>491</b>	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18	
Рагу из мяса	250	15,8	20,7	28,0	362	66,32	
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,50	
							80,00
<b>Обед</b>			<b>25,0</b>	<b>28,7</b>	<b>127,2</b>	<b>868</b>	
Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	64	8,37	
Свекольник со сметаной	250/5	2,5	4,9	16,2	119	12,35	
Котлета по хлыновски	100	14,1	14,5	12,7	238	64,14	
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	7,59	
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,33	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,27	
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	10,53	
							109,60
<b>Полдник</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>ИТОГО:</b>			<b>44</b>	<b>52</b>	<b>178</b>	<b>1359</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Урал*

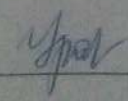


Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 26 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>17,8</b>	<b>22,8</b>	<b>40,5</b>	<b>438</b>	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Рагу из мяса	200	14,5	20,0	17,6	308	66,32
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,50
<b>Обед</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>18</b>	<b>23</b>	<b>41</b>	<b>438</b>	<b>80,00</b>

Завхоз 

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 12 лет и старше на 27 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>19,4</b>	<b>15,9</b>	<b>59,7</b>	<b>460</b>	
Огурцы свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	
Рыба, запеченная с яйцом	100	14,4	9,9	9,1	183	44,72
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	16,03
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	15,08
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
						80,00
<b>Обед</b>		<b>28,8</b>	<b>37,7</b>	<b>131,7</b>	<b>982</b>	
Салат картофельный с кукурузой	100	3,5	6,4	9,8	111	
Суп-харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167	19,94
Мясо, тушенное с капустой	250	12,9	22,5	23,0	346	73,08
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83	7,22
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Кондитерское изделие (печенье)	60	1,8	2,5	32,0	158	5,18
						109,60
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>48</b>	<b>54</b>	<b>191</b>	<b>1441</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Ураф*



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 7 до 10 лет на 27 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>			<b>17,3</b>	<b>13,4</b>	<b>67,0</b>	<b>458</b>
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	8	
Рыба, запеченная с яйцом	90	13,0	8,9	8,2	165	44,72
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	16,03
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	15,08
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	78	4,18
<b>Обед</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>
<b>Полдник</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>
<b>ИТОГО:</b>			<b>17</b>	<b>13</b>	<b>67</b>	<b>458</b>
						<b>80,00</b>

Завхоз

*Григорьев*

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 12 лет и старше на 28 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<i>Горячий завтрак</i>		<b>18,1</b>	<b>15,9</b>	<b>80,4</b>	<b>537</b>	
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	11,68
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	14,1	10,3	15,2	210	54,83
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173,4	11,15
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	2,33
						80,00
<b>ОБЕД</b>		<b>29,8</b>	<b>32,4</b>	<b>107,4</b>	<b>840</b>	
Салат из свежих огурцов	100	0,7	5,1	2,5	59	
Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	7,3	6,1	18,5	158	18,24
Печень, тушеная с овощами	120	14,0	12,9	5,9	196	54,80
Картофель толченый, по-деревенски	180	4,9	7,7	33,0	221	17,23
Компот из кураги	200	0,9	0,0	31,3	129	15,14
Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	78	4,18
						109,60
<i>Полдник</i>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>48</b>	<b>48</b>	<b>188</b>	<b>1377</b>	<b>189,60</b>

Завхоз \_\_\_\_\_



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 28 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	11,68
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	90	11,3	9,8	11,9	181	54,83
Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	149	11,15
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	2,33
<b>Обед</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>						
		15	15	72	483	80,00

Завхоз \_\_\_\_\_

Утверждаю

/Барсукова Г.Ш./

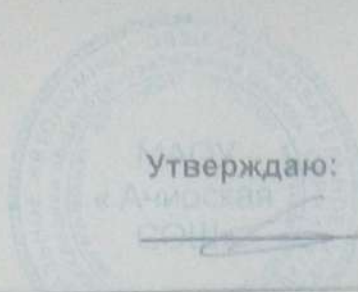
**Меню для детей с 12 лет и старше на 29 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					ценз. руб
	Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>			14,4	15,5	71,0	487
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/15	6,1	7,8	7,9	126	21,07
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,5	7,7	28,0	203	18,37
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	15,6	63	6,82
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	88	23,28
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,6	5,4	28	10,50
						80,00
<b>Обед</b>			28,2	29,6	101,9	787,5
Салат "Дальневосточный" из капусты с яйцом отварным	100	5,5	10,5	1,7	123	15,64
Суп из овощей с курицей	250/10	5,8	6,3	16,0	144	22,50
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	118	49,25
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	197	9,05
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	9,00
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,15
						109,60
<b>Полдник</b>			0,0	0,0	0,0	0,0
<b>ИТОГО:</b>		<b>43</b>	<b>45</b>	<b>173</b>	<b>1268</b>	<b>193,62</b>

Завхоз

*Муров*





Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 7 до 10 лет на 29 сентября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>						
Хлебобулочные изделия с сыром и маслом	20/5/10	5,8	6,4	7,9	112	21,07
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	18,37
Сок с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	15,5	63	6,82
Печенье в ассортименте	150	0,6	0,0	21,6	89	23,25
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	28	10,50
<b>Обед</b>						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Полдник</b>						
		0,0	0,0	0,0	0	
<b>ТОГО:</b>		<b>14</b>	<b>14</b>	<b>71</b>	<b>467</b>	<b>80,00</b>

Завхоз

*[Handwritten signature]*

Утверждаю:

Барсукова Г.Ш.

**Меню для детей с 12 лет и старше на 30 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле, г	ЭД, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>22,6</b>	<b>23,9</b>	<b>76,0</b>	<b>609</b>	
Бутерброд с сыром	20/20	5,7	6,2	7,2	107	15,59
Котлета рыбная запечённая	100	10,3	9,3	12,9	176	27,31
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	178	16,56
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,50
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	11,05
						80,00
<b>Обед</b>		<b>27,9</b>	<b>32,2</b>	<b>100,6</b>	<b>804</b>	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	6,30
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/5	2,3	4,9	16,7	120	10,89
Бедро или грудка куриные запечённые домашние	100	16,2	15,1	0,7	204	39,81
Рагу из овощей	180	5,2	11,3	23	215	12,68
Сок в ассортименте	200	0,5	0	34	138	15,08
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	89	20,65
						109,60
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>51</b>	<b>56</b>	<b>177</b>	<b>1414</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

Урал



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

**Меню для детей с 7 до 10 лет на 30 сентября 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<i>Горячий завтрак</i>			21,0	21,9	82,3	614	
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83	15,59	
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176	27,31	
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	16,56	
Кофейный напиток	200	1,7	4,5	24,3	149	9,50	
Фрукт в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	11,05	
<i>Обед</i>			0,0	0,0	0,0	0,0	
<i>Полдник</i>			0,0	0,0	0,0	0	
<b>ИТОГО:</b>			21	22	82	614	80,00

Завхоз

*Урал*