

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 03 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		22,9	20,0	98,0	664	
Овощи натуральные	100	1,1	0,1	3,8	21	5,17
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	400	58,10
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127	12,55
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
						80,00
Обед		25,0	31,0	99,4	776,9	
Салат овощной	100	2,3	5,0	9,1	91	11,93
Суп карофельный с рыбой	250/30	5,7	6,3	19,1	156	23,53
Биточки из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236	56,98
Капуста тушеная	180	3,7	4,7	14,9	117	10,66
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,33
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		48	51	197	1441	189,60

Завхоз

Уал

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 03 октября 2022 г.

Наименование блюда	Диетический состав					Цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		17,6	17,3	69,5	500	
Овощи натуральные	80	0,7	0,1	2,7	14	5,17
Плов из мяса	200	13,8	13,7	36,8	319	58,10
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	12,55
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	6,1	39	4,18
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
Итого:		18	17	69	500	80,00

Завхоз

Г.Ш.

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 04 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		8,5	14,6	76,7	472	
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
Обед		17,1	20,6	55,1	474,7	
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
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		26	35	132	947	189,60

Завхоз

Г.Ш.

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 11 лет на 04 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<i>Горячий завтрак</i>		8,9	15,1	82,1	500	
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
ОБЕД						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
<i>Полдник</i>		0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого		9	15	82	500	80,00

Завхоз

Урал

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		16,6	14,2	44,8	374	
Фрикадельки из кур	100	10,8	10,9	5,4	163	46,49
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173	11,15
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
Обед		27,6	25,6	127,3	850	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	6,30
Суп гороховый с гренками	250/20	3,1	4,1	31,7	176	9,82
Биточки рыбные	100	15,5	12,9	14,4	236	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
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		44	40	172	1224	189,60

Завхоз

С.И.С.

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		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
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		7	18	67	504	80,00

Завхоз

Урал

Утверждаю:

(Вярукова Г.Ш.)

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

Меню для детей с 12 лет и старше на 06 октября 2022 г.							
Наименование блюда	Пищевая ценность					Цена, руб	
	Всего, г	Белок, г	Жиры, г	Угл. г	Кал. ккал		
Горячий завтрак			7,5	0,9	48,2	312	
Каша пшеница вареная с маслом	200/5	4,8	0,3	28,0	193	19,47	
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	5,4	27,7	21,90	
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,6	81	9,43	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,10	
Фрукт	150	0,6	0,0	21,5	85	26,08	
						60,00	
Обед			26,6	31,3	98,8	784	
Салат из белокачанной капусты с зеленым горошком	100	1,5	8,0	4,7	70	10,26	
Суп сырный со сметаной	250/5	7,7	8,7	18,7	193	28,47	
Мясо тушеное	100	10,3	8,9	3,8	148	48,80	
Пюре картофельное	180	3,8	6,3	28,7	126	10,88	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,8	83	7,33	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,10	
						109,80	
Полдник			0,0	0,0	0,0	0	
Итого:			34	41	147	1096	199,60

Заведующий

Г.Ш. Вярукова

6

На 06

Ygal

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		17,1	18,4	97,4	624	
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
Обед		26,3	25,6	106,0	759,8	
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
Полдник		0,0	0,0	0	0,0	
ИТОГО:		43	44	203	1384	189,60

Завхоз

Сидорова

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		12,5	14,9	71,7	471	
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
Обед		0,0	0,0	0,0	0,0	
Полдник		0,0	0,0	0	0,0	
ИТОГО:		13	15	72	471	80,00

Завхоз

Г.Ш.

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 до 18 лет на 10 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн., ккал	
Горячий завтрак		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	5,75
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
Обед		35,3	30,3	98,0	806	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	8,93
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	55,04
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
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		60	59	152	1379	189,60

Завхоз

Уклад

Утверждено:

Варсумова Г.М.

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

Наименование блюда	Количество детей					Цена, руб.
	Всего, г	Белки, г	Жиры, г	Угле., г	Эн. цен.	
Горячий завтрак		17,6	21,1	37,8	417	
Фрукты из тарелки	90	14,5	14,3	0,5	194	21,55
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	180	2,7	5,8	21,4	183,4	25,23
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,5	0,4	28	1,75
Чай с молоком	200	2,8	2,3	18,1	94	9,45
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,1	39	3,90
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		18	21	38	411	60,20

Заведующий

Удв

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 11 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		19,1	23,5	50,9	491	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Рагу из мяса	250	15,8	20,7	28,0	362	65,94
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,87
						80,00
Обед		28,9	28,8	129,4	892,8	
Салат из моркови и яблок	100	0,9	5,2	9,3	88	8,31
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10/5	5,8	6,5	12,0	130	17,81
Печень говяжья по-строгански	120	14,3	12,9	4,4	191	49,31
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	7,60
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	23,9	98	7,82
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	14,56
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		48	52	180	1384	189,60

Завхоз

Григорьев

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 11 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		17,8	22,8	40,5	438	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Рагу из мяса	200	14,5	20,0	17,6	308	65,94
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,87
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		18	23	41	438	80,00

328X03

Угол

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 12 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		22,4	19,3	92,5	633	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	8,18
Биточки рыбные	100	15,5	12,9	14,4	236	35,14
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	14,77
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,35
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	89	10,39
						80,00
Обед		15,7	32,6	112,9	848,2	
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	28,21
Гречка по-купечески с мясом	200	1,8	13,5	32,5	299	55,07
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	9,27
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	12,85
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		38	52	205	1481	189,60

Завхоз

Гол

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		18,5	16,2	57,6	450	
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	8	8,18
Биточки рыбные	90	14,0	11,6	13,0	212	35,14
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	14,77
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,35
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	10,39
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		19	16	58	450	80,00

Завхоз

Г.Ш.

Утверждаю:

/Барыкова Т.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав				Цена, руб
	Всход., г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн., ккал
Горячий завтрак					
Бутерброд с сыром	20/20	6,7	6,2	7,2	107
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
Фрукты в асортименте	130	0,6	0,5	19,9	87
Кондитерское изделие (печенье)	60	1,8	2,5	32,0	158
80,00					
Обед					
Салат из капусты белокачанной с морковью	100	1,6	5,1	9,6	91
Суп из овощей на мясном бульоне	250/5	4,4	5,2	16,0	128
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом	250/5	20,2	26,9	26,7	430
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117
109,60					
или					
Полдник					
		0,0	0,0	0,0	0
Итого:					
		41	54	121	1132
					189,60

Завхоз

Handwritten signature

Барсукова Г.Ш.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 13 октября 2022 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		15,7	15,4	89,9	561	
Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83	17,33
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	20,18
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,48
Фрукт в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	23,40
Кондитерское изделие (печенье, вафли)	40	1,1	1,5	21,0	102	9,60
Обед		0,0	0,0	0,0	0,0	
Полдник		0,0	0,0	0	0	
или						
Итого:		16	15	90	561	80,00

Завхоз Игорь

Барыкова Г.И.

Утверждаю:

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

Наименование блюда		Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл. вод, г	Энерг. ценность, ккал	Цена, руб
Горячий завтрак							
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	44,76	
Каша рассыпчатая гречневая	180	3,7	7,9	50,0	286	19,76	
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127	11,30	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18	80,00
Обед							
Салат картофельный с грибами	100	1,8	5,0	8,4	85	6,20	
Уха ростовская	250/30	6,5	6,9	18,9	161	28,54	
Фрикадельки из кур	100	10,8	10,9	5,4	163	28,11	
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	7,60	
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	22,2	90	9,97	
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,24	
Фрукт	150	0,6	0,0	21,6	89	24,96	109,60
Полдник							
		0,0	0,0	0,0	0,0		
Итого:							
		38	41	174	1219		189,60

Завхоз

Григорьев

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		12,2	14,1	35,4	317	
Салат из моркови с изюмом	80	1	0,1	12,8	56	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	118	44,76
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,1	6,6	32,0	200	19,76
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127	11,30
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		12	14	35	317	80,00

Завхоз

Урал

Всего: 1 шт.

Всего: 1 шт.

Меню для детей с 12 лет и старше на 17 октября 2022 г.

Меню для детей с 12 лет и старше на 17 октября 2022 г.									
Наименование блюда		Кухня №1		Кухня №2		Кухня №3		Итого	
		г/шт.	г/шт.	г/шт.	г/шт.	г/шт.	г/шт.		
Горюч жареный									
Особи свежие (оруби)	100	0.7	0.1	1.0	11	5.00			
Сырье рыбное	120	17.1	12.0	5.2	197	48.30			
Пюре картофельное	180	3.8	5.9	28.7	178	12.47			
Сок в ассортименте	200	0.5	0.0	34.0	128	18.08			
Хлеб пшеничный	80	3.0	0.3	24.3	117	4.13			
						80.00			
Особи									
Особи жареные (пюре)	100	1.1	0.1	3.8	21	10.30			
Борщ "Ярмарочный" с мясом, со сметаной	280/10/4	4.8	5.9	19.7	182	22.81			
Бедоборное из говядины	180	12.5	16.3	5.8	171	45.10			
Рис отваренный с овощами "Морковь"	180	3.2	1.7	27.3	204	24.36			
Чай с сахаром	200	0.2	0	18	51	2.30			
Хлеб пшеничный	80	3.0	0.3	24.3	117	4.13			
Подлив									

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 17 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		18,4	13,8	71,1	482	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	11	0,00
Суфле рыбное	90	12,8	9	3,9	148	48,26
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	12,47
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	4,18
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	15,08
Обед		0,0	0,0	0,0	0,0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		18	14	71	482	80,00

Завхоз

узел

Утверждено:

(Варсужова Г.Ш.)

Меню для детей с 7 до 10 лет на 18 октября 2022 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность					Цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эт. ккал	
Горячий завтрак		17,8	17,3	68,5	500	
Овощи натуральные	80	0,7	0,1	7,7	14	8,34
Плов из мяса	300	13,0	13,7	35,6	319	54,38
Каша с молоком	300	3,4	3,3	31,3	127,3	12,50
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		18	17	69	500	80,00

Завхоз

Упол



Утверждаю:
Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 18 октября 2022 г.									
Наименование блюда	Химический состав						ЭЦ, kcal	цена, руб	
	Выход, г	Ветки, г	Жиры, г	Угл., г	ЗЩ, kcal	ЭЦ, kcal			
Горячий завтрак									
Овощи натуральные	100	1,1	0,1	3,8	21	9,36			
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	400	54,35			
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127	12,09			
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18			
						80,00			
Обед									
Салат из капусты белокачанной	100	2,1	5,1	9,3	92	6,77			
Рассольник ленинградский с курицей	250/10/5	7,2	5,9	15,4	144	10,73			
Жаркое по - домашнему	250	15,7	17,9	32,3	353	65,05			
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,0	23,9	98	7,82			
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18			
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	15,05			
						109,60			
Полдник									
		0,0	0,0	0,0	0				
Итого:		50	50	196	1427	189,60			

Завхоз Чред

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		17,0	19,5	77,4	553	
Биточки рубленые из птицы запечённые, с маслом	90/5	11,4	15,2	11,2	227	31,39
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	11,60
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,3	83	7,35
Фрукт в ассортименте	150	0,2	0,3	8,8	38	25,48
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	9,1	39	4,15
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
Итого:		17	20	77	553	80,00

Завхоз

Handwritten signature

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		18,9	21,5	83,9	605,2	
Биточки рублённые из птицы запечённые, с маслом	100/5	12,6	16,5	12,4	249	31,39
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35	196,6	11,59
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	7,35
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	25,48
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,18
						80,00
Обед		20,9	16,9	88,4	590	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	8,18
Суп с крупой с курицей	250/10	6,5	6,4	20,1	164	13,95
Котлета рыбная запечённая	100	10,3	9,3	12,9	176	38,34
Картофель толчёный, по-деревенски	180	4,9	7,7	33,0	221	15,71
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83	6,30
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,24
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	22,90
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		40	38	172	1195	189,60

Завхоз

Г.Ш. Барсукова

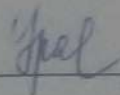
Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 20 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		9,5	15,4	89,9	536	
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28	196	18,45
Булочка домашняя	100	3,8	7,8	41,0	245	24,85
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0	15,5	63	6,26
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	4,18
Фрукт в ассортименте	150	0,2	0,3	6,6	38	19,65
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		10	15	90	536	80,00

Завхоз



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Калорийный состав					цена, руб
	Всего, г	белок, г	жир, г	угл. г	ЭН, ккал	
Горячий завтрак		10,7	16,0	106,6	613	
Каша манная жидкая с маслом	200/8	8,1	7,1	28,0	196	18,40
Булочка домашняя	100	3,9	7,8	41,0	249	24,86
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	18,8	63	6,26
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,6	5,4	28	6,76
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,16
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	19,55
						80,00
Обед		34,7	33,8	99,0	839,3	
Винегрет овощной	100	1,6	5,0	14,9	111	14,29
Суп лапша домашняя на курином бульоне	250	2,4	6,3	10,1	98	10,19
Птица отварная	100	23,6	17,7	0,7	267	31,66
Капуста тушеная	180	3,7	4,7	14,9	117	10,73
Компот из изюма	200	0,3	0,0	26,6	103	6,77
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,24
Фрукты в ассортименте	150	0,2	0,3	8,6	38	23,71
Кондитерское изделие (конфеты)	15	0,4	0,6	5,4	28	9,00
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		45	50	206	1452	189,60

Завхоз

Урал

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		14,5	13,9	72,5	473	
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	16,68
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319	61,03
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,30
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		15	14	73	473	80,00

Завхоз

Завхоз

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		17,4	16,1	84,7	553	
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21,0	93	16,68
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	400	61,03
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	2,30
						80,00
Обед		29,2	28,6	113,5	829	
Салат из моркови с сыром	100	5,5	9,5	7,4	137	21,80
Суп крестьянский с мукой со сметаной	250/5	3,1	5,2	17,2	128	9,34
Фрикадельки рыбные с маслом	100/5	12,8	8,8	7,6	161	47,94
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	197	11,09
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	15,08
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,33
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		47	45	198	1382	189,60

Завхоз

Мур

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 24 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		19,1	23,5	50,9	491	
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,24
Рагу из мяса	250	15,8	20,7	28,0	362	66,31
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,48
						80,00
Обед		25,0	28,7	127,2	868	
Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	64	9,41
Свекольник со сметаной	250/5	2,5	4,9	16,2	119	11,63
Котлета по хлыновски	100	14,1	14,5	12,7	238	59,45
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210	8,49
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,30
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,27
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	14,04
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		44	52	178	1359	189,60

Завхоз

Урал

Габриэля Л.М.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 24 октября 2022 г.

four

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 25 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		19,4	15,9	59,7	460	
Огурцы свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	
Рыба, запеченная с яйцом	100	14,4	9,9	9,1	183	50,08
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	10,66
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
Обед		27,6	35,7	119,6	911	
Салат картофельный с кукурузой	100	3,5	6,4	9,8	111	
Суп-харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167	19,12
Мясо, тушённое с капустой	250	12,9	22,5	23,0	346	66,27
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,0	20,6	83	6,30
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,18
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	13,73
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		47	52	179	1370	189,60

Завхоз

Ура

22

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 25 октября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	цена, руб
Горячий завтрак		17,3	13,4	67,0	458	
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	8	
Рыба, запеченная с яйцом	90	13,0	8,9	8,2	165	50,08
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	10,53
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
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	12,14
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		17	13	67	458	92,00

Завхоз Григорьев

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		21,4	20,3	59,7	507	
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	7,55
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	14,1	10,3	15,2	210	53,74
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173,4	12,28
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	2,30
Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	78	4,13
						80,00
ОБЕД		29,8	32,4	107,4	840	
Салат из свежих огурцов	100	0,7	5,1	2,5	59	8,18
Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	7,3	6,1	18,5	158	15,28
Печень, тушеная с овощами	120	14,0	12,9	5,9	196	51,89
Картофель толченный, по-деревенски	180	4,9	7,7	33,0	221	14,95
Компот из кураги	200	0,9	0,0	31,3	129	15,11
Хлеб пшеничный	40	2	0,6	16,2	78	4,18
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		51	53	167	1347	189,60

Завхоз

Урал

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		18,3	18,9	51,5	453	
Яйца варёные	40	5,1	4,6	0,3	63	7,55
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	90	11,3	9,8	11,9	181	53,96
Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	149	12,28
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	2,30
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	78	4,18
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	11,73
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		18	19	52	453	92,00

Завхоз Шар

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		14,1	14,1	71,0	467	
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	5,8	6,4	7,9	112	18,59
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	18,39
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/20/10	0,2	0,0	15,5	63	6,43
Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,0	21,8	89	48,59
Обед		0,0	0,0	0,0	0,0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		14	14	71	467	92,00

Завхоз

Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

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

Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 28 октября 2022 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	20/15	20,6	21,9	67,9	555	
Котлета рыбная запеченная	100	5,3	3,7	7,2	83	17,46
Пюре картофельное	150	10,3	9,3	12,9	176	38,84
Кофейный напиток	200	3,3	4,4	23,5	147	22,58
		1,7	4,5	24,3	149	13,14
Обед						
		0,0	0,0	0,0	0,0	
Полдник						
		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		21	22	68	555	92,00

Завхоз

Упол