

Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевского муниципального района



МЕНЮ
Понедельник (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	200/5/10	7,3	10,39	16,43	188,4
Перемяч печёный с мясом	60	8,11	8,95	24,53	192
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	19,191	20,265	88,515	611,4



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Туркина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	150	0,52	0,34	14,7	104
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	200/5/10	7,3	10,39	16,43	188,4
Перемяч печёный с мясом	60	8,11	8,95	24,53	192
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	21,511	22,165	100,155	686,4
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с соевыми огурцами	60	0,7	3,06	6,65	63,6
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Котлета из говядины	100	10,16	13,92	13,52	236
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда / Итого за обед	61,98	26,89	28,64	114,02	863,58

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с соевыми огурцами	100	1,17	5,1	11,09	106
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,84	8,95	41,2	244,8
Котлета из говядины	100	10,16	13,92	13,52	236
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда / Итого за обед	66,00	33,06	27,49	136	973,33

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Соус томатный с овощами	30	0,52	1,6	2,7	27,45
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технолог-калькулятор: Ястребова Р. З.
Старший повар: *Леонова И. В.*

Согласовано
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевского муниципального района
Линазнина Л. Н.



МЕНЮ
Вторник (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	60	0,82	3,05	8,81	55,68
Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	11,38	13,53	27,92	301
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,168	145
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	19,85	19,52	85,658	616,68



Утверждаю:
Председатель СПОСНК "Эдем"
Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	100	1,36	5,08	14,68	92,8
Жаркое по-домашнему (из говядины)	220	12,43	14,88	30,71	331,1
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,168	145
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	22,32	22,54	100,078	710,9
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	8,5	18,2	155,7
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Биточки рыбные с соусом	100/30	9,27	7,29	19,88	198
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из яблок	200	0,2	0,005	15,7	65,3
Цена обеда/ Итого за обед	61,98	27,224	26,545	115,68	819,08

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	8,5	18,2	155,7
Рис отварной	180	4,44	7,56	44,67	264
Биточки рыбные с соусом	100/30	9,27	7,29	19,88	198
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	32,071	31,775	128,285	929,2

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Соус томатный с овощами	30	0,52	1,6	2,7	27,45
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,49

Технолог-калькулятор
Старший повар *Ястребова Р.З.*



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.

МЕНЮ
Среда (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	60	0,399	3,653	1,083	39
Картофельное пюре	150	3,09	4,657	22,027	146
Кнели куриные	100	15,14	10,6	6,95	228
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кофейный напиток с молоком	200	3,3	1,51	29,06	125
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	20,179	20,73	81,49	607,4

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	100	0,665	6,08	1,8	65
Картофельное пюре	180	3,7	5,58	26,43	175,2
Кнели куриные	100	15,14	10,6	6,95	228
Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	23,421	22,745	94,65	670,2
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	60	1,68	3,7	3,468	53,11
Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	200
Плов с говядиной (крупа гречневая)	200	12,33	16,8	34,35	354
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Сок	200	0	0	38	76,8
Цена обеда / Итого за обед	61,98	26,89	27,19	122,55	828,35

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	100	2,81	6,18	5,78	88,53
Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	200
Плов с говядиной (крупа гречневая)	220	13,56	18,48	37,78	389,4
Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Сок	200	0	0	38	76,8
Цена обеда / Итого за обед	66,00	31,29	31,47	132,74	896,73

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Картофельное пюре	150	3,09	4,657	22,027	146
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технолог-калькулятор: Ястребова Р. З.
Старший повар: *Могилев Н. В.*



Согласовано
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевского муниципального района
Липлянина Л. Н.

МЕНЮ
Четверг (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/5/10	7,4	10,45	32,97	202
Ватрушка с творогом	60	7,9	7,9	20,97	173
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	19,081	19,275	86,735	606

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови с яблоками	60	0,73	6,09	6,73	78,72
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	250/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Рагу овощное с говядиной	200	15,14	14,9	34,3	344
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда/ Итого за обед	61,98	25,95	29,55	113,98	846,41

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Ватрушка с творогом	60	7,9	7,9	20,97	173
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор: Ястребова Р. Э.
Старший повар: *Михайлова Н. В.*



Утверждено:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Туркина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	150	0,52	0,34	28,82	104
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/5/10	7,4	10,45	32,97	202
Ватрушка с творогом	60	7,9	7,9	20,97	173
Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	21,92	21,17	100,34	691,53
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови с яблоками	100	1,21	10,15	11,21	131,2
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	250/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Рагу овощное с говядиной	220	16,65	16,39	37,73	378,4
Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	33,461	35,225	222,365	917,9



Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевский муниципальный района
Андреева Л. Н.

МЕНЮ
Пятница (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	14
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Тефтели мясные	100	9,99	13,4	24,4	204
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с молоком	150/50/15	1,6	1,65	15,36	70,69
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	19,4	19,7	83,28	613,49

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы соленные	60	0,5	0,6	1,56	8,4
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	250/15	6,49	6,24	15,87	153,64
Сложный гарнир	150	5,01	7,8	23,43	170,6
Котлета куриная	100	10,5	7,11	9,78	202
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда / Итого за обед	61,98	25,52	22,71	106,98	752,37

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Соус томатный с овощами	30	0,52	1,6	2,7	27,45
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технолог-калькулятор: *Еф* Ястребова Р. З.
Старший повар: *Молодцова Н. В.*



Утверждено:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы соленные	100	0,83	1	2,6	14
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	250/15	6,49	6,24	15,87	153,6
Сложный гарнир	180	6,01	9,36	28,11	194,7
Котлета куриная	100	10,5	7,11	9,78	202
Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда / Итого за обед	66,00	28,39	30,29	121,82	824,3



Согласовано:
 Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
 Алексеевского муниципального района
 Липянина И. Н.



Утверждаю
 Председатель СПОСНК "Эдем"
 Турнина А. А.

МЕНЮ
 Суббота (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Рыба припущенная с овощами	100/50	9,4	7,04	12,76	174
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,2	0,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	20,584	18,63	85,26	614,05

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Рис отварной	180	4,44	7,56	44,67	264
Рыба припущенная с овощами	100/50	9,4	7,04	12,76	174
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Компот из свежих фруктов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	22,47	22,22	99,65	711,55
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы отварной	60	0,87	4,05	9,21	53,87
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	250/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Картофельное пюре	150	3,09	4,657	22,027	146
Гуляш из говядины	50/50	9,75	11,5	7,985	156
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из свежих фруктов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	61,98	27,99	28,357	120,872	832,75

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы отварной	100	1,45	6,75	15,36	89,7
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	250/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Картофельное пюре	180	3,7	5,58	26,43	175,2
Гуляш из говядины	50/50	9,75	11,5	7,985	156
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	189,33
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	32,071	32,095	128,56	902,23

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Соус томатный с овощами	30	0,52	1,6	2,7	27,45
Чай с сахаром	200/15	0,011	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технолог-калькулятор:
 Старший повар:



ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Булочка домашняя	45	4,42	4,2	24,84	153
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,23	9,09	39,6	204
Сосиска отарная	100	7,4	9,45	0,8	108
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	23,631	23,225	100,735	667
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	100	2,81	6,18	5,78	88,53
Суп картофельный с крупой (пшеничной) и мясом со сметаной	250/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Жаркое по-домашнему (из говядины)	250	14,13	16,9	34,89	376,25
Хлеб пшеничный (жарено-пшеничный)	60	4,56	0,48	29,52	143
Компот из сухофруктов	200	0,34	0	17,58	70,55
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	31,41	33,06	128,14	900,31

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,86	7,58	33	170
Чай с сахаром	200:15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технолог-калькулятор: _____ Ястребова Р.З.
Старший повар: И.И. Могилев И.И.



Согласовано
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевского муниципального района
Зинякина Л. Н.

МЕНЮ
Вторник (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	120	0,48	0,48	8,82	56
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Плов из говядины	200	12,73	10,8	22,34	246
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,168	145
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	20,39	17,79	80,608	616,75

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие	60	0,66	0,12	2,28	14
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Кнели куриные	100	12,63	10,6	6,95	228
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда/ Итого за обед	61,98	27,9	25,44	118,718	829,33

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Совес томатный с овощами	30	0,52	1,6	2,7	27,45
Кисель	200	0	0	35,94	118
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технолог-калькулятор
Старший повар

Ястребова Р. З.

Исочева Н. В.



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Плов из говядины	250	12,73	10,8	22,34	246
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	22,36	19,85	93,9	708,25
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы соленые	100	0,83	1	2,6	14
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,84	8,95	41,2	244,8
Кнели куриные	100	12,63	10,6	6,95	228
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,168	145
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	32,36	28,02	128,528	#ССЫЛКА!



Согласовано
директор МДОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевского муниципального района
Липянина Л. Н.

МЕНЮ
Среда (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Каша молочная ячневая со сливочным маслом	200/5/10	7,8	8,3	50,36	186
Пирожок с повидлом	60	8,6	9,87	22,31	183
Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и курлагой	200/15/7	0,2	1,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	18,28	19,51	86,23	509,3



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Туркина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	150	0,52	0,34	28,82	104
Каша молочная ячневая со сливочным маслом	200/5/10	7,8	8,3	30,36	186
Пирожок с повидлом	60	8,6	9,87	22,31	183
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	21,501	18,995	111,01	675
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы отварной	60	0,87	4,05	9,21	53,82
Суп картофельный с кленками на мкб со сметаной	250/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Рагу овощное с говядиной	200	15,14	14,9	34,3	341
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Сок	200	0	0	39	76,8
Цена обеда / Итого за обед	61,98	26,12	26,93	122,8	797,95

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы отварной	100	1,45	6,75	15,36	89,7
Суп картофельный с кленками на мкб со сметаной	250/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Рагу овощное с говядиной	200	16,65	16,39	37,73	378,4
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Сок	200	0	0	38	76,8
Цена обеда / Итого за обед	66,00	30,7	37,99	138,06	918,9

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Слойка с сахаром	60	7,56	8,99	25,31	169
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор:
Старший повар

Ястребова Р. З.
М. Иоганна Н. В.



Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевского муниципального района
Лившица Л. Н.

МЕНЮ
Четверг (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	1,66	4,12	2,58	35
Картофельное пюре	150	3,09	4,657	22,027	146
Тефтели мясные	100	9,99	13,4	24,4	204
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кофейный напиток с молоком	200	3,3	1,51	29,06	125
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	19,33	20,447	92,977	584,2



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Туркина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	100	2,81	6,18	5,78	88,53
Картофельное пюре	180	3,7	5,58	26,43	175,2
Тефтели мясные	100	9,99	13,4	24,4	204
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	21,6	25,64	103,71	680,26
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)	40,00				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови с яблоками	60	0,73	6,09	6,73	78,72
Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	209
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Рыба припущенная с овощами	100/50	9,4	7,04	12,76	174
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена обеда / Итого за обед	61,98	25,894	27,9	112,345	814,05

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из припущенной моркови с яблоками	100	1,21	10,15	11,21	131,2
Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	209
Рис отварной	180	4,44	7,36	44,67	264
Рыба припущенная с овощами	100/50	9,4	7,04	12,76	174
Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена обеда / Итого за обед	66,00	32,991	36,565	140,575	971,2

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Картофельное пюре	150	3,09	4,657	22,027	146
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технический надзор:
Старший повар: *Истремова Р. В.*



Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ №2"
Алексеевский муниципальный района
Ильина Л. Н.

МЕНЮ
Пятница (неделя 21)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукты	100	0,4	0,1	7,35	46,6
Огурцы свежие	60	0,66	0,12	2,28	14
Макарона отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Котлета куриная	100	10,5	7,11	9,78	202
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с молоком	150/50/15	1,6	1,65	15,36	70,69
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	20,41	19,08	85,57	605,69

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с соевыми огурцами	60	0,7	3,06	6,65	63,6
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Пюре гороховое	150	5,12	5,82	28,15	205
Гуляш из говядины	50/50	9,75	11,5	7,985	156
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда/ Итого за обед	61,98	25,59	28,31	122,195	821,63

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макарона отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Сочес томатный с овощами	30	0,52	1,6	2,7	27,45
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,99

Технолог-калькулятор:
Старший повар:



Утверждаю:
Председатель СПОСРК "Эдем"
Туркина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие	100	1,1	0,2	3,8	2,33
Макарона отварные со сливочным маслом	180	6,84	8,95	41,2	214,8
Котлета куриная	100	10,5	7,11	9,78	202
Хлеб пшеничный / ржан-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	23,021	20,75	99,775	651,13
Родительская плата (за минусом субсидии)	40,00				

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат картофельный с соевыми огурцами	100	1,17	5,1	11,09	106
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Пюре гороховое	180	6,14	6,98	33,78	246
Гуляш из говядины	50/50	9,75	11,5	7,985	156
Хлеб пшеничный / ржан-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	29,17	32,56	136,515	955,7



Согласовано
Директор МБОУ "Александровская СОШ №2"
Александровского муниципального района
Диплянина Л. П.

МЕНЮ
Суббота (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	40,6
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Каша "Дружба" молочная со сливочным	200/5-10	7,4	10,45	32,97	202
Ватрушка с творогом	60	7,9	6,9	20,97	173
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	11,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и курой	200/15/7	0,2	1,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,14	19,18	19,69	85,05	601,9

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Свекла отварная с маслом	60	0,87	4,05	9,22	53,82
Суп картофельный с крупой (гречневый) на	250/15	7,38	7,5	23,5	188
Жаркое по-домашнему (из говядины)	700	11,38	13,53	27,92	301
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,81	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	30	1	0,2	9	44
Компот из яблок	200	3,97	2,1	25,168	145
Цена обеда / Итого за обед	61,98	26,12	27,54	116,618	789,15

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Ватрушка с творогом	60	7,9	6,9	20,97	173
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53

Технолог-калькулятор _____ Ястребова Р. З.
Старший повар _____ Мочалова Ч. В.



Утверждаю
Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Каша "Дружба" молочная со сливочным	200/5-10	7,4	10,45	32,97	202
Ватрушка с творогом	60	7,9	6,9	20,97	173
Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	60	1,56	0,48	29,52	142
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	24,3	21,8	101,56	652,28
Родительская плата (за минусом субсидии)	40,00				

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Свекла отварная с маслом	100	1,45	6,75	15,36	89,7
Суп картофельный с крупой (гречневый) на	250/15	7,38	7,5	23,5	188
Жаркое по-домашнему (из говядины)	250	14,12	16,9	31,89	376,25
Хлеб пшеничный ржано-пшеничный	80	0,08	0,64	39,36	189,33
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена обеда / Итого за обед	66,00	29,051	31,795	128,085	903,28