

Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ № 2"
Алексеевского муниципального района
 Ягудина Л.Р.



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

МЕНЮ
Понедельник (неделя 2)

ЗАВТРАК

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
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	200/5/10	7,8	6,6	28,36	204,04
Пирожок с повидлом	60	5,2	7,9	20,31	173,14
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	64,19	20,201	18,915	87,925	606,93

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
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	220/5/12	8,6	9,7	28,36	235,14
Пирожок с повидлом	60	5,2	7,9	20,31	173,14
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	60,00	22,281	22,055	93,685	665,03
Родительская плата (за минусом субсидии 8,80 рублей)	51,20				

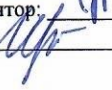
ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	60	1,002	6,06	5,6	80,94
Суп картофельный с крупой (пшённый) на мкб со сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	13,18	13	46,9	357,32
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,9
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда/ Итого за обед	80,00	26,622	28,92	111,71	822,69

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	50	0,84	4,73	4,67	64,5
Суп картофельный с крупой (пшённый) на мкб со сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Жаркое по-домашнему (из говядины)	220	14,62	15,98	53,1	434,8
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	86,00	29,94	30,69	127,66	934,83

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные с соусом	150/20	5,47	6,37	34,34	204
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71

Технолог-калькулятор:  Новикова Н.Н.
Старший повар:  Мишина Е.Р.

Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ № 2"
Алексеевского муниципального района
Ягудина Л.Р.



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



МЕНЮ
Вторник (неделя 2)

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
Плов из говядины	200	15,7	18,9	35,5	374,74
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,045	0,005	15,12	60,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	64,19	19,425	19,745	81,73	597,04

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Плов из говядины	230	18,05	21,7	40,8	430,9
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,045	0,005	15,12	60,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	60,00	23,055	22,585	92,79	680,2
Родительская плата (за минусом субсидии 8,80 рублей)	51,20				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	60	0,73	6,04	8,414	91
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	29,1	195,61
Кнели куриные с соусом	80/20	11,9	8,1	11,95	168,3
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,9
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	80,00	28,12	28,86	112,294	813,71

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови	50	0,61	5,6	7	80,84
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,84	8,95	41,2	244,8
Кнели куриные с соусом	90/20	12,7	10,53	15,3	206,77
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,46	0,48	22,52	113,6
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	86,00	32,11	33,55	130,01	913,91

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Рис отварной с соусом	150/20	3,834	5,42	31,6	210
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор: Новикова Н.Н.
Старший повар: *М.И. Мохоме* Е.А.

Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ № 2"
Алексеевского муниципального района
Ягудина Л.Р.



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

МЕНЮ
Среда (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	60	0,7	3,06	6,65	56,94
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,2	4,3	24,3	156,7
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	50/50	10,2	12,36	17,3	221
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	64,19	19,58	20,66	87,71	614,94

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат "Витаминный"	50	0,59	3,72	5,55	58,04
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,23	4,8	39,6	234,52
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	50/50	10,2	12,36	17,3	221
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	50	2,7	0,5	16,5	95
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	60,00	21,92	21,88	94,65	673,86
Родительская плата (за минусом субсидии 8,80 рублей)	51,20				

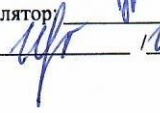
ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы отварной	60	0,87	4,05	5,28	61,07
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	225/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Рагу овощное с говядиной	200	16,14	14,9	44,3	375,86
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	80,00	26,29	27,1	112,05	837,06

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы отварной	50	0,73	3,38	4,4	50,94
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	225/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Рагу овощное с говядиной	220	17,98	19,03	50,05	443,39
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Цена обеда/ Итого за обед	86,00	30,03	30,68	127,6	945,13

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Гречка отварная с соусом	150/20	5,2	4,3	24,3	156,7
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор:  Новикова Н.Н.
Старший повар:  Мамоннов Е.П.

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

Ягудина Л.Р.
Ягудина Л.Р.



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А.А.
Турнина А.А.



МЕНЮ
Четверг (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	1,69	0,47	14,7	69,8
Картофель тушеный	150	4,3	5,6	20,1	148
Котлета из говядины	80	10,2	12,68	13,62	209,4
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и курагой	180/10/7	0,2	1,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	64,19	19,67	20,69	87,88	607,5

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Картофель тушеный	180	5,38	7,15	25,6	188,27
Котлета из говядины	90	13,06	14,6	19,66	271,29
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром и курагой	180/10/7	0,2	1,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	60,00	23,6	24,13	97,83	713,46
Родительская плата (за минусом субсидии 8,80 рублей)	51,20				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	10	2,1	3,14	0,34	38,02
Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной	225/15/10	9,9	11,1	27,44	249,26
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Рыба припущенная с овощами	90/30	9,33	6,33	10,2	135,09
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,3	15	66,7
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда/ Итого за обед	80,00	28,224	26,45	112	816,93

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Сыр	20	4,22	5,3	0,7	71,3
Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной	225/15/10	9,9	11,1	27,44	249,26
Рис отварной	180	4,44	8,04	44,67	264
Рыба припущенная с овощами	90/30	9,33	6,49	10,2	136,53
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	172
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Цена обеда/ Итого за обед	86,00	32,99	31,41	130,11	963,62

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Картофель тушеный	150	4,3	5,6	20,1	148
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор: *Новикова Н.Н.*
Старший повар: *Машкина Е.А.*

Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ № 2"
Алексеевского муниципального района
Якудина Л.Р.

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

МЕНЮ
Пятница (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	60	1,02	6,1	6,8	86,2
Плов из птицы	200	14,7	12,6	38,9	327,8
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,045	0,005	15,12	60,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	64,19	18,285	19,065	79,66	566,03

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	50	1	5,8	6,6	86,1
Плов из птицы	220	16,96	17,06	47,04	409,54
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	3,8	0,48	22,42	140,4
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,045	0,005	15,12	60,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	60,00	21,805	23,345	91,18	696,74
Родительская плата (за минусом субсидии 8,80 рублей)	51,20				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	60	1,5	6,8	5,1	87,7
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,9	4,6	37,9	220,6
Курица тушеная с овощами	80/30	14	8,65	17,6	182
Хлеб пшеничный	20	0,69	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	80.00	28.1	28.91	118.54	853.23

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	50	0,8	4,5	4,25	60,65
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Каша пшеничная рассыпчатая	180	6,97	5,95	45,48	263,35
Курица тушеная с овощами	80/30	14	11,2	17,6	227,2
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	3,8	0,48	22,42	172
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	86,00	33,07	30,63	128,85	994,8

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные с соусом	150/20	5,47	6,37	34,34	204
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71

Технолог-калькулятор: Новикова Н.Н.
Старший повар: *М.И. Мещеряков*

Согласовано:
Директор МБОУ "Алексеевская СОШ № 2"
Алексеевского муниципального района
Ягудина Л.Р.



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



МЕНЮ
Суббота (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	60	0,8	0,1	2,6	14,5
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Котлета из птицы с соусом	80/20	10,6	12,11	6,58	177,71
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,61	9	44
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	64,19	18,501	19,565	82,715	580,11

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из белокочанной капусты	50	0,77	0,08	2,5	13,8
Картофельное пюре	180	4,8	8,52	48,67	310,6
Котлета из птицы с соусом	90/20	11,9	12,7	6,59	216,26
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3
Цена завтрака / Итого за завтрак	60,00	22,23	23,02	92,98	697,92
Родительская плата (за минусом субсидии 8,80 рублей)	51,20				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,44	4,05	1,88	45,73
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Жаркое по-домашнему (из говядины)	200	13,18	13	46,9	357,32
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из изюма	200	3,97	2,1	25,168	145
Цена обеда/ Итого за обед	80,00	27,13	27,71	111,738	830,68

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из свеклы с зеленым горошком	50	0,37	4	1,57	43,76
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Жаркое по-домашнему (из говядины)	220	14,62	15,98	53,1	434,8
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	172
Компот из изюма	200	3,97	2,1	25,168	145
Цена обеда/ Итого за обед	86,00	30,54	30,76	128,308	986,86

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор: Новикова Н.Н.
Старший повар: Новикова Н.Н.