

СОГЛАСОВАНО
Исполнитель:

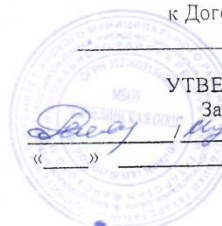
« ____ » _____ 2020г.
Докманов А.Т.



УТВЕРЖДАЮ

Заказчик:

« ____ » _____ 2020г.
И.И. Кузнецов



МЕНЮ

5-11 класс

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150/5		3,6	4,6	37,7	206,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	69	69	8,4	2,2	38,2	206,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50		5,6	12,2	0,2	133,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	51	50	5,3	11,6	0,2	126,6
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30		0,3	0,1	1,1	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	31,7	30,1	0,3	0,1	1,1	7,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			12,9	17,1	74,4	503,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,9	17,1	74,4	503,1

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150		2,9	4,6	23,8	148,3
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	200	150	2,9	0,6	23,8	112,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	80		10,1	21,5	8,8	269,1
ПОЛУФАБР. КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	100	100	10,1	17,5	8,8	232,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	30		0,2		0,7	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9	0,2	0	0,7	4,2
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0

САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			16,6	26,3	68,7	578,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			16,6	26,3	68,7	578,5

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		150	5,4	4,7	34,9	203,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ		50	5,6	12,2	0,2	133,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	51	50	5,3	11,6	0,2	126,6
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		60	0,9	2,9	5,0	50,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,9	0	2,1	12,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			15,3	20,0	75,5	544,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			15,3	20,0	75,5	544,1

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	2,9	4,6	23,8	148,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	200	150	2,9	0,6	23,8	112,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
САЛАТ МОРКОВНЫЙ		60	0,7	0,1	6,8	31,2
МОРКОВЬ	74,33	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ		80	11,0	11,4	9,5	183,6
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (ПОЛУФАБРИКАТ)	100	100	11	5,2	9,5	127,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,4	6,4	0	6,2	0	55,8
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7

ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			18,0	16,3	75,5	520,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,0	16,3	75,5	520,0

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКО		150	3,8	6,1	21,0	154,2
КРУПА РИСОВАЯ	22,3	22,3	1,6	0,2	16	72,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,5	76,5	2,1	1,8	3,6	40,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9	0	0	2,8	11,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8	0	3,9	0	34,8
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЙ		30	0,3	0,1	1,1	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	31,7	30,1	0,3	0,1	1,1	7,2
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			7,5	6,4	57,5	318,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,5	6,4	57,5	318,3

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180		6,7	0,8	43,1	206,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	63	63	6,7	0,8	43,1	206,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	30		0,2		0,7	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9	0,2	0	0,7	4,2
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	80		10,1	19,9	8,8	254,5
ПОЛУФАБР. КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	100	100	10,1	17,5	8,8	232,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
			20,4	20,9	88,0	622,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			20,4	20,9	88,0	622,1

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-ти
--------------------	-------	--	-------------------	--	--	-----------

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	2,9	5,0	50,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,9	2,1	12,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,18	0,18	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	2,9	11,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	26,2
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,6	23,8	148,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	200	150	2,9	0,6	23,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	36,3
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	11,0	11,4	9,5	183,6
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (ПОЛУФАБРИКАТ)	100	100	11	5,2	127,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,4	6,4	0	6,2	55,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	94,7
		18,2	19,1	73,7	539,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		18,2	19,1	73,7	539,5

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ МОРКОВНЫЙ	60		0,7	0,1	6,8	31,2
МОРКОВЬ	74,33	57,6	0,7	0,1	3,9	19,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150		5,4	4,7	34,9	203,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ СОРТ	51	51	5,4	0,7	34,9	167,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	80		10,1	22,2	8,8	274,7
ПОЛУФАБР КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	100	100	10,1	17,5	8,8	232,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0	4,7	0	41,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
			19,6	27,2	85,9	666,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			19,6	27,2	85,9	666,3

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ	60		0,9	3,6	4,9	54,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

СВЁКЛА	73,55	57	0,9	0,1	4,9	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		180/5	3,5	5,6	28,4	178,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	240	180	3,5	0,7	28,4	134,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,8	9,4	68,7	389,5
			7,8	9,4	68,7	389,5

ДЕНЬ 12

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ		30	0,2		0,7	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9	0,2	0	0,7	4,2
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,7	6,3	32,8	203,0
КРУПА РИСОВАЯ	54	54	3,7	0,5	38,8	174,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ		50	5,6	12,2	0,2	133,0
СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ	51	50	5,3	11,6	0,2	126,6
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,9	18,7	69,1	497,1
			12,9	18,7	69,1	497,1