



УТВЕРЖДАЮ  
Директор MAOU СОШ № 57  
Кремер Е.О.

МЕНЮ  
На 6.12  
Дети 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
71/М	Поджаренная из свежих огурцов	60	0,48	0,06	1,5	8,4
213/М/ССЖ	Омлет с сыром	150	15,24	21,02	1,68	256,88
382/М/ССЖ	Какао на молоке	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	4	0,5	26	125
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		620	23,98	32,28	59,72	630,93
<b>Обед</b>						
56/М/ССЖ	Салат овощной с яблоками	60	0,69	5,13	4,33	67,41
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронами на курином бульоне	200	4,11	5,75	16,67	135,19
232/М/ССЖ	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	90	10,432	9,395	20,311	207,525
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	150	3,41	3,96	23,83	145,04
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,4	0,3	15,6	75
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином	40	2,4	0,4	16,8	80
<b>Итого за Обед</b>		770	24,44	25,14	117,74	802,17
<b>Итого за день</b>		1390	48,42	57,42	177,46	1433,09

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 57  
Кремер Е.О.

МЕНЮ  
На 6.12  
Дети 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
71/М	Подгарнировка из свежих огурцов	100	0,8	0,1	2,5	14
213/М/ССЖ	Омлет с сыром	200	20,319	28,028	2,243	342,505
382/М/ССЖ	Какао на молоке	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	4,8	0,6	31,2	150
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		720	30,18	39,43	66,48	747,16
<b>Обед</b>						
56/М/ССЖ	Салат овощной с яблоками	100	1,17	7,22	7,28	101,25
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронами на курином бульоне	250	6,01	7,85	20,86	178,49
232/М/ССЖ	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/100	100	13,141	11,126	25,024	252,8
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	180	3,94	5,67	26,52	173,36
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином	50	3	0,5	21	100
<b>Итого за Обед</b>		920	31,46	32,97	141,68	997,90
<b>Итого за день</b>		1 640	61,64	72,39	208,17	1745,06

Зав.производством

Савенкова Н.В.