



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ № 57  
 Кремер Е.О.

На 12.12  
 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>						
23/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров	60	0,65	3,11	2,56	42,18
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным, 90/20	110	14,00	9,54	13,59	199,16
202/М/ССЖ	Макароны отварные	150	5,54	4,28	35,32	202,05
378/М/ССЖ	Чай с молоком	200	1,65	1,27	12,45	68,42
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
<b>Итого за Завтрак</b>		560	25,04	18,60	84,72	611,81
<b>Обед</b>						
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	60	1,05	3,13	5,64	55,34
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,96	6,14	9,71	110,61
291/М/ССЖ	Плов с отварной птицей	200	19,59	13,49	38,63	351,29
342/М/ССЖ	Компот из вишни	200	0,16	0,04	13,1	54,29
	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>		740	29,56	23,50	99,48	726,53
<b>Итого за день</b>		1 300	54,60	42,10	184,20	1 338,34

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор MAOU СОШ № 57  
Кремер Е.О.

На 2.12 МЕНЮ  
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>						
23/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров	100	1,08	5,18	4,27	70,3
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным, 100/20	120	14,58	10,95	12,75	211,0
202/М/ССЖ	Макароны отварные	180	6,09	4,34	38,84	218,95
378/М/ССЖ	Чай с молоком	200	1,65	1,27	12,45	68,42
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
<b>Итого за Завтрак</b>		640	26,60	22,14	89,11	668,62
<b>Обед</b>						
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	100	1,57	4,19	8,61	79,1
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,93	6,59	12,09	128,12
291/М/ССЖ	Плов с отварной птицей	240	23,08	15,96	40,69	395,06
342/М/ССЖ	Компот из вишни	200	0,16	0,04	13,1	54,29
	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>		890	35,94	27,68	116,29	856,57
<b>Итого за день</b>		1 530	62,54	49,82	205,40	1525,19

Зав.производством

Савенкова Н.В.