



УТВЕРЖДАЮ
Директор, МАОУ СОШ № 57
Кремер Е.О.

МЕНЮ
На 13 ноября
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
Завтрак						
4/М/ТТК	Бутерброд с отварной курицей и сыром	75	12,82	6,98	20,8	196,88
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	6,79	7,86	36,13	242,87
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке	200	2,94	2,54	15,92	99,04
338/М	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак		575	23,35	17,58	80,35	576,79
Обед						
62/М/ССЖ	Салат морковный	60	0,78	5,06	4,14	65,95
99/М/ССЖ	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,38	6,1	8,89	104,44
289/М/ССЖ	Рагу из овощей с курицей	200	16,59	12,48	19,81	255,46
349/М/ССЖ	Компот из изюма	200	0,35	0,08	21,66	86,04
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином	60	3,6	0,6	25,2	120
Итого за Обед		770	27,90	24,72	100,50	731,89
Итого за день		1 345	51,25	42,30	180,85	1 308,68

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 57
Кремер Е.О.

МЕНЮ
На 13 ноября
Дети 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
8	9	10	11	12	13	14
Завтрак						
4/М/ТТК	Бутерброд с отварной курицей и сыром	90	16,3	9,95	21,74	241,55
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	250	9,47	9,55	46,37	309,97
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке	200	2,94	2,54	15,92	99,04
338/М	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак		650	40,51	34,24	104,53	702,56
Обед						
62/М/ССЖ	Салат морковный	100	1,3	5,1	6,9	79,95
99/М/ССЖ	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,2	6,53	11,02	120,21
289/М/ССЖ	Рагу из овощей с курицей	240	19,97	14,78	24,09	306,32
349/М/ССЖ	Компот из изюма	200	0,35	0,08	21,66	86,04
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	4	0,5	26	125
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином	60	3,6	0,6	25,2	120
Итого за Обед		910	33,42	27,59	114,87	837,52
Итого за день		1 560	73,93	61,83	219,40	1540,08

Зав.производством

Савенкова Н.В.