



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 57  
Кремёр Е.О.

МЕНЮ  
На 15 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
<b>Завтрак</b>						
71/М	Подгарнировка из свежих огурцов	60	0,48	0,06	1,5	8,4
211/М/ССЖ	Омлет с сыром	150	15,21	15,28	3,04	211,31
382/М/ССЖ	Какао на молоке	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	70	5,6	0,7	36,4	175
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		630	25,47	19,49	71,35	569,26
<b>Обед</b>						
50/М/ССЖ	Салат из свеклы с сыром	60	2,88	5,71	4,66	81,99
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
284/М/ССЖ	Запеканка картофельная с печенью	200	15,67	10,8	32,36	290,36
	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>		740	28,31	23,55	99,33	729,96
<b>Итого за день</b>		1 370	53,78	43,04	170,68	1 299,22

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ № 57

Кремер Е.О.

МЕНЮ

На 15 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
<b>Завтрак</b>						
71/М	Подгарнировка из свежих огурцов	100	0,8	0,1	2,5	14
211/М/ССЖ	Омлет с сыром	200	19,59	18,5	4,2	262,6
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,58	2,85	15,71	104,05
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	80	6,4	0,8	41,6	200
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		730	30,97	22,85	78,71	651,15
<b>Обед</b>						
50/М/ССЖ	Салат из свеклы с сыром	100	4,61	9,5	6,6	131,05
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
284/М/ССЖ	Запеканка картофельная с печенью	240	18,79	11,43	39,26	336,4
	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>		890	35,53	28,62	119,95	887,57
<b>Итого за день</b>		1 620	66,50	51,47	198,66	1 538,72

Зав.производством

Савенкова Н.В.