



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 57  
Кремер Е.О.

МЕНЮ  
На 15.12  
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>						
222/М/ССЖ	Запеканка творожная Золотистая 150	150	16,631	15,863	52,035	417,428
388/М/ССЖ	Чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Итого за Завтрак</b>		540	20,73	16,92	100,04	641,86
<b>Обед</b>						
45/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты	60	0,99	4,1	2,95	52,9
151/К	Уха ростовская	200	7,35	7,66	11,79	146,16
260/М/ССЖ	Гуляш из говядины	90	13,25	5,39	3,6	116,26
125/М/ССЖ	Картофель отварной	150	3,14	6,05	25,2	168,16
342/М/ССЖ	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	14,9	62,69
	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>		790	31,09	24,26	100,24	746,17
<b>Итого за день</b>		1 330	51,82	41,18	200,28	1388,03

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор MAOU COШ № 57  
*Е.О. Кремер*  
Кремер Е.О.

МЕНЮ  
На 15.12  
Дети 12-18 лет

№ реп.	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>						
222/М/ССЖ	Запеканка творожная Золотистая	200	22,175	21,15	69,38	556,57
388/М/ССЖ	Чай с шиповником	200	0,3	0,06	12,5	53,93
	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>		600	27,08	22,31	122,58	806,00
<b>Обед</b>						
45/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты	100	1,71	5,18	4,83	73,09
151/К	Уха ростовская	250	9,85	9,71	14,72	186,46
260/М/ССЖ	Гуляш из говядины	100	16,07	7,89	3,74	150,79
125/М/ССЖ	Картофель отварной	180	3,78	5,82	30,41	189,49
342/М/ССЖ	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	14,9	62,69
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	4	0,5	26	125
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином	50	3	0,5	21	100
<b>Итого за Обед</b>		930	38,57	29,76	115,60	887,52
<b>Итого за день</b>		1 530	65,65	52,07	238,18	1693,52

Зав.производством

Савенкова Н.В.