



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 57
Кремер Е.О.

МЕНЮ
На 18.12
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 |
| Завтрак | | | | | | |
| 4/М | Бутерброд с маслом и твердым сыром 20/10/20 | 50 | 6,66 | 12,49 | 10,54 | 181,21 |
| 173/М/ССЖ | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы | 200 | 6,32 | 6,06 | 37,55 | 230,6 |
| 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 | | 550 | 17 | 21,29 | 71,51 | 548,85 |
| Обед | | | | | | |
| 7/И | Салат из квашеной капусты со свеклой | 60 | 0,93 | 8,06 | 3,65 | 91,62 |
| 102/М/ССЖ | Суп картофельный с фасолью на курином бульоне | 200 | 4,38 | 4,5 | 15,25 | 120,52 |
| 297/М/ССЖ | Фрикадельки куриные | 90 | 13,64 | 6,06 | 5,83 | 129,85 |
| 142/М/ССЖ | Рагу овощное | 150 | 3,17 | 6,46 | 19,19 | 148,63 |
| 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 | 40 | 2,4 | 0,4 | 16,8 | 80 |
| Итого за Обед | | 780 | 28,07 | 25,96 | 103,18 | 756,66 |
| Итого за день | | 1 330 | 44,79 | 47,25 | 174,69 | 1305,51 |

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ № 57
 Кремер Е.О.

МЕНЮ
 На 18.10
 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 | Бутерброд с маслом и твердым сыром 20/10/20 | 50 | 6,66 | 12,49 | 10,54 | 181,21 |
| 173/М/ССЖ | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы | 250 | 7,89 | 6,67 | 45,67 | 275 |
| 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 | | 600 | 18,29 | 21,90 | 79,63 | 593,25 |
| Обед | | | | | | |
| 7/И | Салат из квашеной капусты со свеклой | 100 | 1,56 | 9,11 | 6,11 | 113,88 |
| 102/М/ССЖ | Суп картофельный с фасолью на курином бульоне | 250 | 8,37 | 6 | 18,44 | 163,05 |
| 297/М/ССЖ | Фрикадельки куриные | 100 | 18,18 | 5,03 | 6,59 | 144,47 |
| 142/М/ССЖ | Рагу овощное | 180 | 3,62 | 6,51 | 21,33 | 159,67 |
| 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 | 50 | 3 | 0,5 | 21 | 100 |
| Итого за Обед | | 920 | 38,28 | 27,63 | 115,93 | 867,11 |
| Итого за день | | 1 520 | 56,57 | 49,53 | 195,56 | 1460,4 |

Зав.производством

Савенкова Н.В.