



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 57  
Кремер Е.О.

МЕНЮ  
На 19 октября  
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>						
45/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты	100	1,71	5,18	4,83	73,09
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	50	4	0,5	26	125
<b>Итого за Завтрак</b>		650	28,03	22,24	94,87	696,41
<b>Обед</b>						
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	100	1,57	4,19	8,61	79,1
99/М/ССЖ	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,2	6,53	11,02	120,21
290/М/ССЖ	Птица тушенная в соусе (куриное филе)	100	14,72	14,36	5,19	208
171/М/ССЖ	Рис отварной с маслом сливочным	180	4,45	4,26	46,69	242,84
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>		930	31,30	30,28	126,41	904,44
<b>Итого за день</b>		1 580	59,33	52,52	221,28	1600,85

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 57  
Кремер Е.О.



МЕНЮ  
На 19 октября  
Дети 7-10 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>						
45/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты	60	0,99	4,1	2,95	52,9
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	30	2,4	0,3	15,6	75
<b>Итого за Завтрак</b>		550	24,58	19,49	79,91	597,53
<b>Обед</b>						
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	60	1,05	3,13	5,64	55,34
99/М/ССЖ	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,38	6,1	8,89	104,44
290/М/ССЖ	Птица тушенная в соусе (куриное филе)	90	14,12	12,22	5,43	186,01
171/М/ССЖ	Рис отварной с маслом сливочным	150	3,54	4,13	37,07	199,55
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>		780	27,05	26,32	102,53	754,63
<b>Итого за день</b>		810	29,45	26,62	118,13	829,63

Зав.производством

 Савенкова Н.В.