



УТВЕРЖДАЮ  
Директор MAOU COШ № 57  
Кремер Е.О.

МЕНЮ  
На 20 сентября  
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>						
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
223/М/ССЖ	Запеканка из творога с соусом вишневым, 120/30	150	20,71	11,00	23,60	280,10
376/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>		550	24,89	19,31	71,73	570,63
<b>Обед</b>						
62/М/ССЖ	Салат морковный	60	0,78	5,06	4,14	65,95
104/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 175/25	200	8,02	5,58	12,6	133,02
278/М/ССЖ	Тефтели из говядины со свиной с соусом томатным, 90/20	110	11,51	9,56	6,91	162,55
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	40	2,4	0,4	16,8	80
<b>Итого за Обед</b>		800	29,21	27,21	101,35	772,37
<b>Итого за день</b>		1 350	54,10	46,52	173,08	1343

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор MAOU СОШ № 57  
Кремер Е.О.

МЕНЮ  
На 20 сентября  
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>						
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
223/М/ССЖ	Запеканка из творога с соусом вишневым, 150/50	200	25,48	14,21	30,68	357,48
376/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>		610	30,46	22,62	84,01	673,01
<b>Обед</b>						
62/М/ССЖ	Салат морковный	100	1,3	5,1	6,9	79,95
104/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	10,03	6,98	15,75	166,31
278/М/ССЖ	Тефтели из говядины со свининой с соусом томатным, 100/20	120	12,75	11,92	7,76	191,76
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	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином	50	3	0,5	21	100
<b>Итого за Обед</b>		940	34,22	30,88	117,52	890,2
<b>Итого за день</b>		1 550	64,68	53,50	201,53	1563,21

Зав.производством

Савенкова Н.В.