

УТВЕРЖДАЮ  
 Генеральный директор  
 ООО «Варант-Питание»  
 Савенкова Н.В.



СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ № 57  
 Кремер Е.О.



На МЕНЮ  
20.01  
 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   |
| 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> |  | 540              | 20,73                | 16,92  | 100,04 | 641,86    |
| <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 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>    |  | 1 340            | 49,94                | 44,13  | 201,39 | 1414      |

Зав.производством

Болотова Н.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Генеральный директор  
 ООО «Гарант-Питание»  
 Савенкова Н.В.



СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ № 57  
 Кремер Е.О.

На МЕНЮ  
26.01  
 Дети 12-18 лет

| №<br>рец.               | Прием пищи, наименование блюда                                  | Масса<br>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<br>Золотистая                               | 200                 | 22,175               | 21,15 | 69,38  | 556,57    |
| 376/М/ССЖ               | Чай с шиповником  | 200                 | 0,3                  | 0,06  | 12,5   | 53,93     |
|                         | Хлеб пшеничный обогащенный<br>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>             |   |                     |                      |       |        |           |
| 62/М/ССЖ                | Салат морковный   | 100                 | 1,3                  | 5,1   | 6,9    | 79,95     |
| 104/М/ССЖ               | Суп картофельный с мясными<br>фрикадельками                     | 250                 | 10,03                | 6,98  | 15,75  | 166,31    |
| 278/М/ССЖ               | Тефтели из говядины со<br>свининой с соусом томатным,<br>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<br>йодоказеином                      | 40                  | 3,2                  | 0,4   | 20,8   | 100       |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный<br>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>    |   | 1 540               | 61,30                | 53,19 | 240,10 | 1696,20   |

Зав.производством

Болотова Н.П.