



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 57
Кремер Е.О.

МЕНЮ
На 28.11
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						
23/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров	100	1,08	5,18	4,27	70,3
294/М/ССЖ	Котлеты из курицы	100	17,35	6,57	14,51	186,73
142/М/ССЖ	Картофель и овощи, тушеные в соусе	180	3,62	6,51	21,33	159,67
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	4	0,5	26	125
Итого за Завтрак		630	26,31	18,79	77,37	589,49
Обед						
99/К/ССЖ	Салат Осенний	100	1,81	5,26	12,76	105,94
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронами на курином бульоне	250	6,01	7,85	20,86	178,49
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с соусом томатным, 100/20	120	14,58	10,95	12,75	211,0
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	5,61	34,33	217,85
388/М/ССЖ	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	18,71	89,33
	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
Итого за Обед		920	35,34	30,59	131,81	957,56
Итого за день		1 550	61,65	49,38	209,18	1547,05

Зав.производством

Савенкова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 57
Кремер Е.О.

МЕНЮ
На 28.11
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						
23/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров	60	0,65	3,11	2,56	42,18
294/М/ССЖ	Котлеты из курицы	90	15,62	5,91	13,06	168,06
142/М/ССЖ	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,17	6,46	19,19	148,63
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
Итого за Завтрак		540	22,90	15,91	66,87	506,66
Обед						
99/К/ССЖ	Салат Осенний	60	1,08	4,15	7,64	72,47
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронами на курином бульоне	200	4,11	5,75	16,67	135,19
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с соусом томатным, 90/20	110	14,00	9,54	13,59	199,16
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,57	3,17	29,72	173,38
388/М/ССЖ	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	18,71	89,33
	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
Итого за Обед		790	31,10	23,53	118,73	824,53
Итого за день		1 330	54,00	39,44	185,60	1331,19

Зав.производством

Савенкова Н.В.