

СОГЛАСОВАНО  
Начальник отдела  
Территориального отдела  
Управления федеральной службы  
по надзору в сфере защиты прав  
потребителей и благополучия человека  
по Самарской области в г. Отрадном

 Е.П. Исупова

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор  
ОАО «Общепит»



Черкезова С.А.

# Примерное циклическое меню для школьных столовых на 2020-2021 учебный год ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево

Согласовано  
с общешкольным родительским комитетом  
Протокол №1 от 28.08.2020 г.

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
1 день				Б	Ж	У	
	Сосиски отварные, соус	50/50	16-74	5,6	12,2	0,2	133
	Макароны отварные	150/10	11-18	6,04	4,3	38,83	219
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Йогурт «Кампина»	100	22-79	2,8	1,5	12	73
<b>Всего</b>			57-00	20,01	19,01	107,51	660,37
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
1 день				Б	Ж	У	
	Борщ со сметаной	200/5	7-00	2,84	13,35	120,06	96,75
	Сосиски отварные, соус	50/50	16-74	5,6	12,2	0,2	133
	Макароны отварные	150/10	11-18	6,04	4,3	38,83	219
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Кукуруза консервированная, отварная	35	5-14	2,2	0,4	11,2	58
	Банан	150	24-75	2,2	0,8	31,5	144
<b>Всего</b>			71-00	24,45	32,06	138,21	886,12

<b>1 день</b>								
<b>ОВЗ</b>								
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
				Б	Ж	У		
	Каша манная молочная	200/10	15-37	4,5	8,7	27,4	208,7	
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1	
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0619	97,05	
	Какао с молоком	200	7-70	4,9	5	32,5	190	
	Йогурт «Кампина»	100	22-79	2,8	1,5	12	73	
<b>Всего</b>			63-56					
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
<b>Обед</b>				Б	Ж	У		
	Борщ со сметаной	200/5	7-00	2,84	13,35	120,06	96,75	
	Сосиски отварные, соус	50/50	16-74	5,6	12,2	0,2	133	
	Макароны отварные	200/10	12-26	6,04	4,3	38,83	219	
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-82	0,07	0,02	15	60	
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4	
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97	
	Кукуруза консервированная, отварная	30	5-00	2,2	0,4	11,2	58	
	Банан	200	24-75	2,2	0,8	31,5	144	
<b>Всего</b>			71-94					
			135-50	39,05	59,33	348,36	1543,97	
<b>1 день</b>								

Кадеты							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Каша манная молочная	200/10	15-37	4,5	8,7	27,4	208,7
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0619	97,05
	Какао с молоком	200	7-70	4,9	5	32,5	190
<b>Всего</b>			40-77				
Обед	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Борщ со сметаной	200/5	7-00	2,84	13,35	120,06	96,75
	Сосиски отварные, соус	50/50	16-74	5,6	12,2	0,2	133
	Макароны отварные	200/10	12-26	6,04	4,3	38,83	219
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			41-95				
			82-72				

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
2 день				Б	Ж	У	
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Помидора свежая	37	2-33	1,1	0,2	3,8	24
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			57-00	9,91	6,83	131,53	582,4
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
2 день				Б	Ж	У	
	Суп гороховый с курицей	200/25	15-29	4,6	1,6	9	66,2
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	150	13-97	2,19	3,37	14,79	98
	Помидора свежая	16	1-04	1,1	0,2	3,8	24
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
<b>Всего</b>			71-00	14,51	8,43	140,53	648,60
<b>2 день</b>							
<b>ОВЗ</b>							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)

				Б	Ж	У	
	Каша гречневая, молочная	200/10	17-53	4	3,7	12,8	98,2
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Кисель из концентрата	200	4-50	4,9	5	32,5	190
	Сыр	35	17-85	4,6	5,8	-	72
<b>Всего</b>			57-58				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Суп гороховый с курицей	200/25	15-29	4,6	1,6	9	66,2
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240
	Картофельное пюре	200	18-63	2,19	3,37	14,79	98
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
	Помидора свежая	52	3-30	1,1	0,2	3,8	24
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
<b>Всего</b>			77-92				
			135-50	30,41	35	204,02	1194,95
<b>2 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Каша гречневая, молочная	200/10	17-53	4	3,7	12,8	98,2
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Кисель из концентрата	200	4-50	4,9	5	32,5	190

<b>Всего</b>			39-73					
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)	
<b>Обед</b>				Б	Ж	У		
	Суп гороховый с курицей	200/25	15-29	4,6	1,6	9	66,2	
	Тефтели из говядины с рисом	75/50	32-89	2,6	2,4	58,4	240	
	Картофельное пюре	200	18-63	2,19	3,37	14,79	98	
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114	
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4	
<b>Всего</b>			74-62					
			114-35	24,71	29,0	200,22	1098,95	

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
3 день				Б	Ж	У	
	Запеканка рисовая, джем	200/30	18-34	3,3	6,3	20,8	147,8
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Мандарин	200	19-14	0,6	-	24,6	104
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			57-00	6,37	18,39	78,59	497,95
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
3 день				Б	Ж	У	
	Рассольник «Ленинградский»	200/5	9-11	1,92	4,4	14,29	107,2
	Жаркое с курицей	50/150	35-37	25,63	17,77	29,42	334,12
	Н-к из шиповника	200	6-80	0,07	0,02	15	60
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
	Мандарин	150	17-35	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>			71-00	33,72	23,18	124,79	780,69
<b>3 день</b>							
<b>ОВЗ</b>							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)

				Б	Ж	У	
	Запеканка рисовая, джем	200/30	18-34	3,3	6,3	20,8	147,8
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Мандарин	200	19-14	0,6	-	24,6	104
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			57-00				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Рассольник «Ленинградский»	200/5	9-11	1,92	4,4	14,29	107,2
	Жаркое с курицей	50/150	35-37	25,63	17,77	29,42	334,12
	Н-к из шиповника	200	6-80	0,07	0,02	15	60
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
	Печенье	100	24-85	8,8	17,1	70	447
<b>Всего</b>			78-50				
			135-50	48,29	58,67	248,78	1621,64
<b>3 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Запеканка рисовая, джем	200/30	18-34	3,3	6,3	20,8	147,8
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1

<b>Всего</b>			37-86				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Рассольник «Ленинградский»	200/5	9-11	1,92	4,4	14,29	107,2
	Жаркое с курицей	50/150	35-37	25,63	17,77	29,42	334,12
	Н-к из шиповника	200	6-80	0,07	0,02	15	60
	Хлеб ржаной	20	1-31	1,68	0,33	14,82	68,97
	Хлеб пшеничный	20	1-06	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			53-65				
			91-50				

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
4 день				Б	Ж	У	
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	150	11-82	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			57-00	24,25	15,62	85,58	462,57
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
4 день				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/30	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	150	11-82	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	45	2-44	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			71-00	33,15	18,42	104,7	574,25
<b>4 день</b>							
<b>ОВЗ</b>							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128

	Зеленый горошек		7-58	5	0,2	12,8	73
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
<b>Всего</b>			34-80				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/30	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	150	11-82	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
	Огурец свежий		30-00	0,8	0,1	2,5	14
<b>Всего</b>			100-70				
			135-50	54,03	32,76	158,28	996,95
<b>4 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
<b>Всего</b>			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68

	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
5 день				Б	Ж	У	
	Каша молочная ячневая	200/10	15-37	4,5	8,7	27,4	208,7
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Банан	200	22-11	2,2	0,8	31,5	144
<b>Всего</b>			57-00	9,17	21,59	92,09	598,85
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
5 день				Б	Ж	У	
	Суп куриный с клецками	200/25	17-27	0,16	0,24	20,96	110,4
	Плов со свининой	50/150	40-76	8,71	9,38	21,46	212,74
	Компот из сухофруктов	200	5-00	0,5	-	31,5	124
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
	Огурец соленый		5-84	0,8	0,1	17	13
<b>Всего</b>			71-00	14,05	10,38	117,52	566,54
<b>5 день</b>							
<b>ОВЗ</b>							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	

	Каша молочная ячневая	200/10	15-37	4,5	8,7	27,4	208,7
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Чай с сахаром	200/15	1-82	0,07	0,02	15	60
	Банан	200	22-11	2,2	0,8	31,5	144
<b>Всего</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Суп куриный с клецками	200/25	17-27	0,16	0,24	20,96	110,4
	Плов со свининой	50/150	40-76	8,71	9,38	21,46	212,74
	Компот из сухофруктов	200	5-00	0,5	-	31,5	124
	Хлеб пшеничный	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
	Сок фруктовый	200	13-34	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>							
			135-50	22,42	23,17	217,21	1256,39
<b>5 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Завтрак</b>				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	

	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
6 день				Б	Ж	У	
	Филе минтая жаренное	50/50	37-03	13,73	5,1	3,49	118,2
	Рис отварной	150	10-29	3,6	5,25	38,7	216
	Напиток лимонный	200	7-55	0,16	0,02	24,49	97,1
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>			57-00	21,31	11,03	93,28	537,7
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
6 день				Б	Ж	У	
	Салат из моркови с изюмом	75	7-22	0,63	0,07	11,1	47,5
	Щи со свежей капустой	200/5	6-78	41,08	5,99	8,96	97,67
	Филе минтая жаренное	50/50	37-03	13,73	5,1	3,49	118,2
	Рис отварной	150	10-29	3,6	5,25	38,7	216
	Напиток лимонный	200	7-55	0,16	0,02	24,49	97,1
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>			71-00	23,92	17,09	113,43	682,87
6 день							
ОВЗ							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	

	Макароны с сыром	200/10/30	27-76	7	5	23	164
	Н-к кофейный с молоком	200	5-70	3,17	2,67	15,95	101
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Йогурт	100	13-34	2,8	1,5	12	73
<b>Всего</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Салат из моркови с изюмом	75	7-22	0,63	0,07	11,1	47,5
	Щи со свежей капустой	200/5	6-78	41,08	5,99	8,96	97,67
	Филе минтая жаренное	50/50	37-03	13,73	5,1	3,49	118,2
	Рис отварной	150	10-29	3,6	5,25	38,7	216
	Напиток лимонный	200	7-55	0,16	0,02	24,49	97,1
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>							
			135-50	32,29	33,33	159,49	1207,02
<b>6 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)

Обед				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1-1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
7 день				Б	Ж	У	
	Яичница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>			57-00	9,13	26,57	53,28	488,15
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
7 день				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Огурец свежий	20	1-65	0,35	0,05	0,95	5,65
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>			71-00	27,91	18,48	106,84	687,75
<b>7 день</b>							
<b>ОВЗ</b>							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	

	Яичница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Печенье	50	9-15	4,4	8,55	35	223,5
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>							
			135-50	41,09	53,44	194,17	1390,75
<b>6 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	

	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
8 день				Б	Ж	У	
	Каша пшеничная молочная	200/10	15-37	4,42	3,85	20,59	104,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Груша	150	18-25	0,68	0,57	16,15	71,4
<b>Всего</b>			57-00	7,7	17,13	82,81	476,15
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
8 день				Б	Ж	У	
	Суп рисовый с курицей	200/25	16-17	4,52	2,84	13,35	120
	Фрикадельки из говядины	55/50	25-20	28,7	16	1	263
	Спагетти	150	11-18	6,04	4,3	38,83	219
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3-82	0,07	0,02	15	60
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
	Яблоко	150	12-50	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>Всего</b>			71-00	43,75	24,42	109,48	838,96
<b>8 день</b>							
<b>ОВЗ</b>							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)

				Б	Ж	У	
	Каша пшеничная молочная	200/10	15-37	4,42	3,85	20,59	104,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,85	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Н-к апельсиновый	200	5-68	0,2	0,2	27,88	114
	Груша	150	18-25	0,68	0,57	16,15	71,4
<b>Всего</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Салат из капусты	150	7-00	0,66	1,62	3,23	30,14
	Суп рисовый с курицей	200/25	16-17	4,52	2,84	13,35	120
	Фрикадельки из говядины	55/50	25-20	28,7	16	1	263
	Спагетти	150	11-18	6,04	4,3	38,83	219
	Сок фруктовый	100	16-82	0,6	-	24,6	104
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>							
			135-50	52,04	42,55	190,42	1318,75
<b>6 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			27-23				

Обед	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
7 день				Б	Ж	У	
	Яичница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>			57-00	9,13	26,57	53,28	488,15
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
7 день				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Огурец свежий	20	1-65	0,35	0,05	0,95	5,65
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>			71-00	27,91	18,48	106,84	687,75
7 день							
ОВЗ							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	

	Яичница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Печенье	50	9-15	4,4	8,55	35	223,5
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>							
			135-50	41,09	53,44	194,17	1390,75
<b>6 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Завтрак</b>				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	

	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95

Таблица 1

1-4 класс							
1 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
7 день				Б	Ж	У	
	Яичница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>			57-00	9,13	26,57	53,28	488,15
1-4 класс							
2 смена	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
7 день				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Огурец свежий	20	1-65	0,35	0,05	0,95	5,65
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>			71-00	27,91	18,48	106,84	687,75
7 день							
ОВЗ							
Завтрак	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	

	Яичница по-деревенски	150/5	22-99	6,13	14,44	10,49	195
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
	Масло сливочное	20	16-00	0,12	10,72	0,19	97,05
	Сок фруктовый	100	16-31	0,6	-	24,6	104
<b>Всего</b>							
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	
	Суп яичный с ветчиной	200/25	20-91	8,8	2,4	9,6	96,2
	Котлета «Особая»	55/50	25-20	12,15	11,8	27,1	265,5
	Картофельное пюре	150	13-27	2,19	3,37	14,79	98
	Компот из черной смородины	200	7-84	0,6	0,2	27,8	116
	Печенье	50	9-15	4,4	8,55	35	223,5
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,6	106,4
<b>Всего</b>							
			135-50	41,09	53,44	194,17	1390,75
<b>6 день</b>							
<b>Кадеты</b>							
<b>Завтрак</b>	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
				Б	Ж	У	
	Омлет натуральный	150	19-83	8,7	9,2	2,7	128
	Кофейный напиток	200	5-70	4,1	3,54	17,58	118,6
	Батон	30	1-70	2,28	1,35	18	89,1
<b>Всего</b>			27-23				
	Наименование блюда	Выход (гр./мл.)	Цена (руб.)	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал.)
<b>Обед</b>				Б	Ж	У	

	Суп с рыбными консервами	200/25	13-69	8,9	2,8	19,12	111,68
	Котлета куриная	75/50	36-28	11	2,8	20,2	150,45
	Гречка	200	15-77	9,08	12,08	8,87	184,2
	Компот из изюма	200	6-77	0,35	0,08	29,85	21,52
	Хлеб	40	2-13	3,82	0,66	26,66	106,4
<b>Всего</b>			74-64				
			101-87	48,23	32,51	142,98	909,95