

**Вторник
15.06.2021
Меню**

Составлено: *Н.А. Васильева* Ежедневное меню УТВЕРЖДАЮ: *И.И. Аста*
 Подпись заведующей: *Н.А. Васильева* 2 неделя, вторник, 7 день *И.И. Аста*

Школа: _____ Отдел: _____ День: _____

| Прочие данные | Рацион | № порц. | Наименование | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|----------------|---------|-----------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | 1 пор. завтрак | 0,33 | Фрукт. кув. из риса с сухим | 385/1030 | 10,89 | 179 | 14,67 | 10,85 | 3,45 |
| | | 5 | Закуска творожная | 30 | 19,0 | 8,40 | 0,48 | 0,96 | 1,56 |
| | 1 пор. напиток | 0,60 | Чай с сахаром | 200 | 3,8 | 28,0 | 1,4 | 0,90 | 14,64 |
| | | 120 | Выпечка слоеная/пшеничная | 20 | 19,0 | 104,4 | 8,86 | 3,91 | 21,01 |
| | | | Хлеб пшеничный (испаренный) | 40 | 3,8 | 183,56 | 4,42 | 0,56 | 44,1 |
| Обед | 1 порция | 8 | Салат из овощей | 50 | 10,0 | 801 | 0,48 | 0,06 | 1,56 |
| | 2 порции | 204 | Суп рисовый с мясом кур. | 250/25 | 24,12 | 78,96 | 1,44 | 4,96 | 6,12 |
| | 3 порции | 678/799 | Курочка с овощами | 60/30 | 49,95 | 170,68 | 14,67 | 10,88 | 3,45 |
| | 4 порции | 420/1 | Макаронные изделия | 130 | 15,03 | 168,51 | 8,98 | 3,43 | 24,17 |
| | 5 порций | | Фрукты свежие | 30 | 15,33 | 51,07 | 0,44 | 0,49 | 10,78 |
| | 6 порций | 84/71 | Кисель с сах. С | 200 | 6,10 | 94,20 | 0,04 | 0,06 | 24,70 |
| | 7 порций | | Хлеб пшеничный (испаренный) | 40 | 3,8 | 183,56 | 4,42 | 0,56 | 44,1 |
| | | | Итого: | | 180,42 | 1260,74 | 54,58 | 27,7 | 289,8 |

Завтрак



Обед



**Четверг
17.06.2021
Меню**

Составлено: *Н.С. Калашникова* Ежедневное меню 2 недели, четверг, 9 день УТВЕРЖДАЮ: *Юлия*

| Школа | | | Итого: | | Дети | | | | |
|------------|--------------|-----------|------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Примечание | Рацион | № рецепта | Наименование | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак: | сир. йогурт | 681/1 | Яйца варенные | 139 | 8,54 | 168,51 | 4,88 | 5,47 | 24,11 |
| | | 536/1 | Вяленый сырочек творожный | 80 | 13,87 | 108,8 | 6,46 | 7,2 | 19,0 |
| | | 41/2 | Ватрушка с яблоком и сахаром | 1010/38 | 14,52 | 12,88 | 0,12 | 1,86 | 0,12 |
| | | 57 | Кондитерское изделие | 30 | 10,59 | 191,0 | 3,6 | 1,4 | 37,8 |
| | | | Хлеб пшеничный вчерашний | 60 | 3,0 | 182,56 | 4,42 | 0,56 | 44,7 |
| | сир. напиток | | Чай с сахаром | 300 | 3,0 | 24,0 | 1,4 | 0,01 | 0,14 |
| Обед: | | 5 | Запеканка овощная | 58 | 10,0 | 45,80 | 0,90 | 0,80 | 3,80 |
| | | 106 | Суп рыбный с фрикадельками | 250/30 | 24,02 | 72,6 | 3,19 | 3,19 | 11,99 |
| | | 67 | Вяленый сырочек | 60/38 | 14,72 | 86,973 | 3,708 | 3,709 | 5,591 |
| | | 54/1/3 | Пюре картофельное | 130 | 13,90 | 201,26 | 2,27 | 2,27 | 18,6 |
| | | | Фрукты свежие | 30 | 11,18 | 51,7 | 0,82 | 0,82 | 18,78 |
| | | | Сок яблочный, напиток С | 200 | 6,10 | 13,2 | 0,20 | 0,01 | 2,80 |
| | | | Хлеб пшеничный вчерашний | 60 | 3,0 | 182,56 | 4,42 | 0,56 | 44,7 |
| | | | | Итого: | 182,40 | 1410,643 | 38,78 | 27,01 | 291,6 |

Завтрак



Обед



**Пятница
18.06.2021
Меню**

Системное
Питание меню

И.В. Косович

Ежедневное меню
2 недели, пятница, 10 день

СТЕРИЛИЗОВАННО
100% стерильно
Людмила

Питание

| Число дней | Раздел | № реца | Название | Итого, г | | Дети | | | | | | | | |
|---------------|------------|-----------|--------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|---------------|--|--|--|--|--|
| | | | | Витам. С | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле- воды | | | | | |
| Второй | гор. блюда | 41/2 | Каша из гречихи | 110/5/3 | 33,90 | 419,6 | 35,09 | 20,48 | 45,1 | | | | | |
| | | | Запеканка с яблоком и сметаной | 31/10/10 | 14,57 | 57,88 | 8,12 | 1,98 | 0,12 | | | | | |
| | | | Сливочное пюре, яблоки С | 2/8 | 6,10 | 11,2 | 0,20 | 0,03 | 0,08 | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат | овощи | 7 | Овощи по-столому | 30 | 39,0 | 41,40 | 1,58 | 0,00 | 1,80 | | | | | |
| | | | Закуска с курицей и помидорами | 250/25/5 | 34,60 | 108 | 5,38 | 4,18 | 12,35 | | | | | |
| | | | Салат из помидоров | 80/10 | 50,30 | 130,68 | 14,07 | 39,85 | 1,45 | | | | | |
| | | | Салат | 110 | 10,80 | 98,8 | 3,81 | 5,76 | 0,68 | | | | | |
| | | | Салат | 280 | 4,10 | 1,31 | 0,2 | 0,00 | 0,40 | | | | | |
| | | | Хлеб (сухарики) бездрожжевой | 60 | 3,0 | 185,50 | 4,42 | 0,18 | 44,7 | | | | | |
| | | | Итого: | | 180,42 | 1118,12 | 34,34 | 80,2 | 122 | | | | | |

Завтрак



Обед

