

**2 неделя Понедельник 6 день  
Меню 7.02.2022 г.**

Согласовано  
Директор МБОУ  
*Мухоморова Е.А.*

Ежедневное меню  
от 7 до 11 лет  
2 недели, понедельник, 6 день

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Аким

Итого: 61,01 714,71 17,20 0,07 150,30

Продукт	Единица	Количество	Наименование	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Хлеб	шт.	304	Сухарик овсяный	200	12,00	72,00	1,58	2,18	11,88
		42	Хлеб белый	60,00	25,15	168,51	4,94	1,41	28,17
		308	Хлеб белый	100	7,56	204,2	3,6	0,67	25,7
		5	Омлет со сметаной	25	2,47	29,6	0,69	0,06	1,56
		200	Сыр твердый (полужирный)	100	7,9	117,0	0,70	0,0	22,6
		50	Полужирный йогуртовый	50	4,0	117	0,42	0,36	44,7
				Итого:	61,01	714,71	17,20	0,07	150,30

**Фото блюд**



**2 неделя Вторник 7 день  
Меню 8.02.2022 г.**

Согласовано  
Директор МБОУ  
*Мухоморова Е.А.*

Ежедневное меню  
от 7 до 11 лет  
2 недели, вторник, 7 день

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Аким

Итого: 61,01 481,05 47,51 16,17 135,64

Продукт	Единица	Количество	Наименование	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Хлеб	шт.	620	Хлеб белый	60,00	23,81	179,20	19,80	1,76	27,06
		130	Хлеб белый	100	9,7	168,43	9,2	4,35	4,75
		754	Хлеб белый	50	12,07	168	3,69	8,72	12,41
		5	Омлет со сметаной	25	2,47	30,4	0,68	0,06	1,56
		200	Сыр твердый (полужирный)	100	4,0	79,0	1,4	0,0	1,14
		50	Полужирный йогуртовый	50	4,0	117	0,42	0,36	44,7
				Итого:	61,01	481,05	47,51	16,17	135,64

Фото блюдо



2 неделя Среда 8 день  
 Меню 9.02.2022 г.

Составлено  
 диетолог МБОУ  
*Васильева С.В.*  
*Васильева С.В.*

Ежедневное меню  
 от 12 лет и старше  
 2 неделя, среда, 8 день

УТВЕРЖДАЮ  
 И.А.Алексеев

Имя: \_\_\_\_\_ Отд.борщ: \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_

Порция	Рецепт	Масса	Комп.	Высок.г.	Жиры	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Порция	200	200	Суп овощной	300	22,03	120	3,58	2,18	11,8
	271	271	Салатик из овощей	90/30	28,83	191,5	8,87	903	11,71
	30/71	30/71	Рис отварной	150	10,51	201,56	6,45	7,27	19,6
	7	7	Овощи тушеные	25	5,47	20,4	1,4	0,0	0,14
салат	100/1	100/1	Квашеная капуста	100	4,3	132,0	0,7	0,0	12,0
суп			Творожный кашеобразный	30	6,8	168	7,00	8,73	11,41
Итого				810	81,16	811,16	38,14	961	177,96

Фото блюдо



**2 неделя Четверг 9 день  
 Меню 10.02.2022 г.**

Составлено  
 Директор МБОУ  
*Сидорова В.С.*

Ежедневное меню  
 от 7 до 11 лет  
 2 недели, четверг, 9 день

УТВЕРЖДАЮ  
 ИП Афан

Меню

Продукты	Рецепт	№ рецепта	Наименование	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	стр. 10/10	719	Два яйца в жареном и крутым макароны	1215	33,34	439,8	20,34	27	40,1
	стр. 10/10	808/1	Блины из сдобрятого теста	391	4,50	112,8	7,12	0,00	31,8
	квас		Квашенные яблоки	40	1,67	7,00	2,1	0,00	11,2
			Крутофен с маслом	3039	0,1	12,28	0,12	1,84	0,12
Итого					01,61	594,48	30,79	28,84	109,01

**Фото блюд**



**2 неделя Пятница 10 день  
 Меню 11.02.2022 г.**

Составлено  
 Директор МБОУ  
*Сидорова В.С.*

Ежедневное меню  
 от 7 до 11 лет  
 2 недели, пятница, 10 день

УТВЕРЖДАЮ  
 ИП Афан

Меню

Продукты	Рецепт	№ рецепта	Наименование	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	стр. 10/10	170/1	Яйца	399	11,03	106	5,1	4,14	12,33
		516	Масляная отварная	119	13,22	95,3	3,81	5,76	30,08
		413	Сливки отварные	50	21,59	182,7	14,34	5,16	0,39
		1	Овсянка отварная	25	5,47	20,8	1,4	0,06	8,34
	квас	847/1	Квашенные яблоки	399	7,6	64,2	0,64	0,0	26,76
	квас		творожный сыр с маслом	50	4,8	117	4,42	0,74	44,7
Итого					01,01	621,3	38,31	18,60	113,81

Фото блюд

