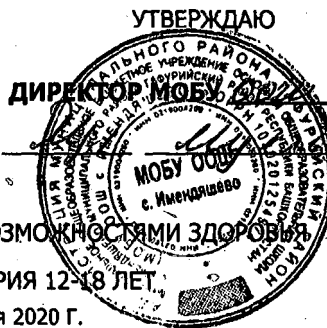




М Е Н Ю

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ

НА "14" сентября 2020 Г.

СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
ЗК/956	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32		83
ЗК/336	Котлеты рубленые из курицы	60	11,32	11,58	11,98	197
ЗК/1043	Макаронные изделия отварные	180	6,39	4,88	38,67	228
ЗК/1033	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,1	11,3	59
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
	Всего	Завтрак	26,06	20,46	90,15	703
	Обед					
ЗК/543	Салат из белокочанной капусты	60	1,35	2,7	6,15	54
ЗК/1014	Рассольник домашний	250	2,13	6,62	13,63	124
ЕМ/594	Плов из отварной говядины	200	14,11	13,22	36,11	332
ЗК/973	Напиток витаминизированный Валетек	200			4,1	16
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	18,59	22,72	64,2	548
	Всего в	день	43,18	154,35	1 251	

УТВЕРЖДАЮ



М Е Н Ю

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ

НА "15" сентября 2020 Г.

СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
ЗК/150	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150	27,37	19,75	34,5	426
ЗК/1117	Масло сливочное порционное	10	0,07	6,86	0,09	62
ЗК/1034	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
ЗК/185	Йогурт	100	2,9	2,5	4	50
	Всего	Завтрак	35,07	29,73	75,89	699
	Обед					
ЗК/115	Винегрет овощной с луком репчатым	60	0,8	1,4	4,3	33
ЕМ/1009	Суп куллама по-деревенски	250	2,63	4,25	11,63	96
ЕМ/133	Гуляш из отварного мяса	30/30	8,52	9,36	2,22	127
ЗК/428	каша пшеничная рассыпчатая	185	7,8	6,3	43,6	266
ЗК/368	Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,2	69
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	20,95	21,58	83,16	613
	Всего в	день	51,31	159,05	1 313	



М Е Н Ю
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ
НА "16" сентября 2020 Г.

СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
ЗК/970	Огурец свежий (порциями)	40	0,3	0,04	0,95	5
ЗК/348	Котлеты или биточки рыбные	60	9,5	6,4	9,15	133
ЗК/754	Пюре картофельное	180	3,78	7,92	19,62	166
ЗК/189	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	100
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
ЗК/734	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	33
	Всего	Завтрак	22,11	18,54	78,97	573
	Обед					
ЗК/639	Салат витаминный	60	0,96	2,76	6,68	54
ЗК/1008	Суп из овощей	250	1,88	5,12	10,63	101
ЕМ/771	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	10,1	7,22	18,32	179
ЗК/368	Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,2	69
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	14,13	15,38	57,04	425
	Всего в	день	33,92	136,01	998	



М Е Н Ю
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ
НА "17" сентября 2020 Г.

СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
ЗК/956	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32		83
ЗК/477	Каша "Дружба"	180	4,18	5,8	24,1	166
ЗК/62	Булочка домашняя	60	4,37	7,51	32,35	215
ЗК/1030	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,03	9,3	38
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
	Всего	Завтрак	15,7	16,24	93,95	638
	Обед					
ЗК/1048	салат из моркови	60	0,6	2,7	8,7	60
ЗК/52	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,75	5,12	11,75	99
ЕМ/140	Жаркое по-домашнему	200	25,73	26,53	25,2	445
ЗК/372	Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,05	20,6	89
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	29,98	34,58	70,46	715
	Всего в	день	50,82	164,41	1 353	

НА "18" сентября 2020

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
				Б	Ж	У	
1	2		3	4	5	6	7
	Завтрак						
ЗК/1018	Салат из белокочанной капусты		60	1,3	2,7	6,2	54
ЕМ/594	Плов из отварной говядины		200	14,11	13,22	36,11	332
ЗК/1033	Чай с молоком и сахаром		200	1,4	1,1	11,3	59
ЗК/11	Хлеб пшеничный		50	4,63	0,58	28,2	137
	Всего	Завтрак		21,44	17,61	81,81	582
	Обед						
ЗК/1039	Салат из свеклы		60	0,8	4,9	4,8	66
ЗК/1009	Суп-лапша домашняя		250	2,63	4,25	11,63	96
ЕМ/825	Рыба, тушенная в томате с овощами		50/50	9,31	5,84	3,25	103
ЗК/892	Картофель отварной		180	3,54	4,84	27,96	170
ЗК/368	Компот из яблок		200	0,2	0,1	17,2	69
ЗК/6	Хлеб пшеничный		50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед		17,48	20,1	69,05	526
	Всего в			день	37,71	150,86	1 108

[illegible]

НА "21" сентября 2020

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
ЗК/956	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32		83
ЗК/326	Котлеты, биточки, шницели рубленые	60	8,8	12,16	8,72	180
ЗК/1043	Макаронные изделия отварные	180	6,39	4,88	38,67	228
ЗК/1033	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,1	11,3	59
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
	Всего	Завтрак	23,54	21,04	86,89	686
	Обед					
ЗК/263	салат из свеклы с яблоками	60	0,62	3,25	4,67	50
ЕМ/1010	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	4,1	25,5	169
ЕМ/34	Бефстроганов из отварной говядины	30/30	10,25	9,45	1,65	133
ЗК/467	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,84	4,51	50,23	221
ЗК/973	Напиток витаминизированный Валетек	200			4,1	16
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	25,91	21,48	90,35	611
	Всего в		день	42,52	177,24	1 297

М Е Н Ю
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ
 НА "22" сентября 2020 Г.



СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ЗК/965	Шанежка с картофелем	75	4,53	4,49	24,9	158
ЗК/418	Каша рисовая молочная жидкая	180/5	4,5	7,2	27,6	194
ЗК/1030	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,03	9,3	38
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
	Всего	Завтрак	13,87	12,31	90	527
Обед						
ЗК/1048	салат из моркови	60	0,6	2,7	8,7	60
ЗК/1007	Свекольник	250	2,25	5,12	14,88	119
ЗК/1135	Плов из курицы	200	2,78	11,09	26,39	217
ЗК/368	Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,2	69
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	6,83	19,18	71,37	486
	Всего в	день	31,49	161,37	1 013	

М Е Н Ю
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ
 НА "23" сентября 2020 Г.



СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ЗК/968	Помидор свежий (порциями)	40	0,41	0,07	1,38	8
ЗК/337	Котлеты рубленные из курицы	60	11,32	11,58	11,98	197
ЗК/754	Пюре картофельное	180	3,78	7,92	19,62	166
ЗК/189	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	100
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
	Всего	Завтрак	23,74	23,45	74,88	607
Обед						
ЗК/639	Салат витаминный	60	0,96	2,76	6,68	54
ЗК/1009	Суп-лапша домашняя	250	2,63	4,25	11,63	96
ЕМ/592	Рагу из овощей в томатном соусе	180	14,88	16,56	12,6	260
ЗК/368	Компот из яблок	200	0,2	0,1	17,2	69
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	19,67	23,84	52,32	501
	Всего в	день	47,29	127,2	1 109	

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МОБУ
МОБУ ООШ
с. Имендишво
10.09.2020

МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ
НА "24" сентября 2020 Г.

СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
ЗК/956	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32		83
ЕМ/573	Омлет натуральный	150/5	14,27	23,37	2,71	278
ЗК/1030	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,03	9,3	38
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
ЗК/734	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	44
	Всего	Завтрак	21,82	26,7	50,01	580
	Обед					
ЗК/1018	Салат из белокочанной капусты	60	1,3	2,7	6,2	54
ЗК/1015	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	250	2,13	6	15,38	130
ЗК/790	Говядина, тушеная с овощами в соусе	130/50	17,15	14,06	11,68	241
ЗК/372	Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,05	20,6	89
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	22,47	22,98	58,07	536
	Всего в	день	49,68	108,08	1 116	

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МОБУ
МОБУ ООШ
с. Имендишво
10.09.2020

МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ
НА "25" сентября 2020 Г.

СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ 100-00 РУБ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
ЗК/479	каша "Артек" молочная вязкая	180/5	7,2	7,2	36,8	242
ЗК/509	плюшка новомосковская	60	4,67	6,25	34,37	212
ЗК/1034	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25
ЗК/11	Хлеб пшеничный	50	4,63	0,58	28,2	137
ЗК/185	Йогурт	100	2,9	2,5	4	50
	Всего	Завтрак	19,51	16,57	112,47	666
	Обед					
ЗК/1039	Салат из свеклы	60	0,8	4,9	4,8	66
ЗК/1017	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,66	5,34	8,5	94
ЕМ/823	Рыба, тушенная в томатном соусе	50/50	9,32	5,83	3,25	103
ЗК/766	Рис отварной	180	4,38	6,44	44,02	252
ЗК/6	Хлеб пшеничный	50	1	0,17	4,21	22
	Всего	Обед	17,16	22,68	64,78	537
	Всего в	день	39,25	177,24	1 203	