

ШКОЛА № 21 сентября 2014

МЕНЮ

Утверждаю: М.И. Шендерович  
 Директор: Сергей Сергеевич МВ  
 Дата: 20.09.14

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	Блюдо из творога	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	220/80	34,5	647,41	18,80	20,30	98,	
	Напитки	382	КАКАО С МОЛОКОМ							
	Хлеб рж		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	3	134	2,90	2,50	24,	
	Хлеб пш		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1	211,16	4,15	0,42	47,	
Обед			<b>Итого за прием пищи:</b>	30	1,5	58,68	1,98	0,36	11,	
	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	580	40	1051,25	27,83	23,58	182,	
	1 блюдо	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	100	4,59	19,7	1,01	0,20	3,	
	2 блюдо	239	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	250	5,5	114,68	2,10	5,22	14,	
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100/60	28,41	137,02	11,56	4,73	12,	
	Напитки	342	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	5	169,2	3,72	6,48	22,8	
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	3	93,04	0,16	0,16	49,1	
	Хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1	217,69	4,28	0,43	19,8	
				<b>Итого за прием пищи:</b>	50	1,5	97,8	3,30	0,60	19,8
				<b>Всего за день:</b>	990	49	849,13	26,13	17,82	146,5
				1570	89	1900,38	53,96	41,40	329,0	

Экономист по Ценам  
 Зав. производством



Зав. пр.  
 СУВОРОВА Е. В.

Школа № 5 Отд./корп

Утверждаю  
 Директор Сергей Николаевич  
 Дата 05.05.2015

**ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ**

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	Овощи натуральные	№ 70 2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ свежие (помидоры)	1/60	4,59	12,0	0,6	0,0	2,1	
	1 блюдо	№ 96 2015г.	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	5,5	122,4	2,3	5,3	16,4	
	2 блюдо	№ 239/331 2015г.	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	90/50	28,1	244,0	13,2	12,9	18,8	
	Гарнир	№ 312 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	5,31	217,8	3,9	11,5	22,7	
	Напитки	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1/200	3	88,2	0,7	0,3	20,8	
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	1,50	129,00	4,3	1,65	21,25	
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>49</b>	<b>930,3</b>	<b>28,9</b>	<b>32,1</b>	<b>126,2</b>	
	Полдник (уплотненный)	Гастрон	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	1/10		75,0	0,1	8,3	0,1
		Блюдо из творога	№ 188 2015г.	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ и с молоком сгущенным	1/200/80	27,1	434,9	12,3	13,6	64,6
Напитки		№ 377 2015г.	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	3,1	65,0	0,1	0,0	15,9	
Хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
Хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	1,50	129,00	4,3	1,65	21,25	
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>612</b>	<b>40</b>	<b>745,8</b>	<b>20,6</b>	<b>15,8</b>	<b>125,9</b>	
			<b>Всего за день:</b>	<b>1542</b>	<b>89</b>	<b>1 676,1</b>	<b>49,5</b>	<b>47,9</b>	<b>252,1</b>	

Экономист по ценам Миргородская Л.А.  
 Зав. производством



Зав. пр. СУВОРОВА Е. В.



24 сентября 2014

МЕНЮ

Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ День \_\_\_\_\_

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	237/2015	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленные (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/7	31,35	201,6	12,1	16,2	13,4
	гор.блюдо	143/2015	РАГУ из овощей	180	16,00	202,0	2,5	15,7	0,5
	гор.напиток	349/2015	КОМПОТ из смеси сухофруктов	200	4,20	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,46	116,9	4,0	0,5	24,2
	хлеб	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,95	129,0	4,3	1,7	21,3
	закуски	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	7,94	9,6	0,6	0,1	1,5
Завтрак 2	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	150	23,1	69,5	0,6	0,6	14,7
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>767</b>	<b>90,0</b>	<b>839,7</b>	<b>24,2</b>	<b>35,0</b>	<b>102,6</b>
Обед	закуска	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	8,95	14,0	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	96/2015	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	5,95	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	239/2015	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	90/50	22,79	244,0	13,2	12,9	18,8
	гарнир	312/2015	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	13,00	191,4	3,9	11,5	22,7
	сладкое								
	хлеб бел.	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,46	116,9	4,0	0,5	24,2
	хлеб черн.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,95	129,0	4,3	1,7	21,3
	гор.напиток	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,80	88,2	0,7	0,3	20,8
	фрукты	338/2015	ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	150	23,1	69,5	0,6	0,6	14,7
				<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1035</b>	<b>90,0</b>	<b>975,4</b>	<b>29,6</b>	<b>32,8</b>
			<b>Всего за день:</b>	<b>1802</b>	<b>180,0</b>	<b>1 815,1</b>	<b>53,8</b>	<b>67,8</b>	<b>243,6</b>

Экономист по ценам \_\_\_\_\_ Миргородская Л.А.

Зав.производством \_\_\_\_\_ Сухорова Е.В.



МАНСЫ Мамедов и 5

24 сентября 2014



Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Овощи натуральные	№ 71 2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	7,94	0,075	0,125	1,875	12
	2 блюдо	№ 237 2015г.	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленные (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	33,81	12,1	16,2	13,4	222,4
	Гарнир	№ 143 2015г.	РАГУ из овощей	1/180	16	2,5	15,7	0,5	202
	Напитки	№ 342 2015г.	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	4,2	0,2	0,2	27,1	111,1
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	3,95	0,5	24,15	116,9
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	4,25	1,65	21,25	129
	Фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	19,3	0,4	0,4	11,7	56,4
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>838</b>	<b>88,66</b>	<b>23,4</b>	<b>34,65</b>	<b>98,1</b>	<b>837,8</b>
Обед	Овощи натуральные	№ 71 2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	1/100	8,95	0,075	0,125	1,875	12
	1 блюдо	№ 96 2015г.	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	5,95	2,3	5,3	16,4	122,4
	2 блюдо	№ 239, 331 2015г.	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	27,35	13,2	12,9	18,8	244
	Гарнир	№ 312 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	14,7	3,9	11,5	22,7	217,8
	Напитки	№ 342 2015г.	Компот из свежих яблок	1/200	5	0,8	0,8	139,4	573
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	3,95	0,5	24,15	116,9
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	4,25	1,65	21,25	129
	Фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	19,3	0,4	0,4	11,7	56,4
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1179</b>	<b>88,66</b>	<b>28,475</b>	<b>32,775</b>	<b>244,575</b>	<b>1415,1</b>
			<b>Всего за день:</b>	<b>2017</b>	<b>177,32</b>	<b>51,875</b>	<b>67,425</b>	<b>342,675</b>	<b>2252,9</b>

Экономист по ценам  
Зав. производством

Миргородская Л.А.  
Зав. пр. СУВОРОВА Е.В.  
Миргородская Л.А.  
Суворова Е.В.