

И.о директора школы

Утверждаю

Ф.А. Сабаноква /

М.П



Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

3 день ( среда )							
268	Котлеты мясные из говядины с соусом	100/50	15,48	13,1	18,55	254,02	
377	Чай с сахаром с лимоном	200	0	0	15	60	
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,35	7,17	47,77	297,01	
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,2	9,66	46,76	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>28,82</b>	<b>20,68</b>	<b>105,92</b>	<b>725,08</b>	<b>70</b>

И.о. директора школы

Утверждаю



Ф.А. Сабаноква /

М.П.

Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

4 день ( четверг )							
297	Фрикадельки из птицы ( филе )	100	17,93	1,46	8,6	119,26	
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,15	2,67	15,94	100,39	
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,1	27,18	260,3	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>27,99</b>	<b>19,64</b>	<b>76,32</b>	<b>594</b>	<b>70</b>

И.о директора школы

Утверждаю

Ф.А. Сабаноква /

М.П



Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

5 день ( пятница )							
245	Бефстроганов из отварной говядины	100	14,44	12,25	3,78	183,13	
303	Каша пшенная вязкая	180	4,8	5,08	29,5	182,92	
377	Чай с сахаром с лимоном	200	0	0	15	60	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>22,41</b>	<b>17,74</b>	<b>72,88</b>	<b>540</b>	<b>70</b>

И.о директора школы



Утверждаю

Ф.А. Сабаноква /

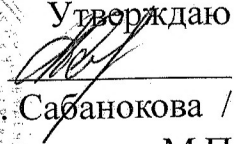
М.П

Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

6 день ( Суббота )							
309	Макароны отварные	180	6,92	7,28	38,37	246,68	
229	Рыба тушеная в томате с овощами	100	14,12	9,87	14,68	204,03	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
15	Сыр российский (порциями )	10	2,32	2,95	0	35,83	
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,39	14,43	67,87	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>26,51</b>	<b>20,67</b>	<b>105,53</b>	<b>714,19</b>	<b>70</b>

И.о директора школы

Утверждаю



Ф.А. Сабанокова /

М.П



Меню  
на  
5-11 классы (льготная категория)  
Завтрак

7 день ( понедельник )							
322	Котлеты рубленые из птицы с соусом	100/50	16,01	16,27	19,75	289,47	
377	Чай с сахаром с лимоном	200	0	0	15	60	
302	Каша рисовая рассыпчатая	180	5,19	6,76	46,1	266	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>24,19</b>	<b>23,44</b>	<b>105</b>	<b>729,52</b>	<b>70</b>

Меню  
на  
5-11 классы (льготная категория)  
Завтрак

8 день (вторник)

302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,35	7,17	47,77	297,01
279	Тефтели из говядины с рисом и соусом	100/50	12,43	13,92	17,36	244,44
377	Чай с сахаром с лимоном	200	0	0	15	60
389	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0,1	0	9,8	39,6
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,58	21,64	101,74
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,2	9,66	46,76
	Аскорбиновая кислота					
	Итого за завтрак		25,87	21,5	114,53	755,1
70						



И.о. директора школы

Утверждаю  
/Ф.А. Сабанкова /  
М.П.



И.о директора школы \_\_\_\_\_  
Утверждаю  
Ф.А. Сабаноква /  
М.П

Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

**9 день ( среда )**

246	Гуляш из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	193,24	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
312	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,51	164,56	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>20,18</b>	<b>20,41</b>	<b>80,26</b>	<b>585,45</b>	<b>70</b>

И.о. директора школы



Утверждаю

Ф.А. Сабаноква /

М.П.

Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

10 день ( четверг )							
303	Каша пшенная вязкая	180	4,8	5,08	30,1	185,32	
290	Птица тушеная в соусе сметанном ( 373 )	100	11,78	10,12	2,93	149,92	
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,15	2,67	15,94	100,39	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>22,72</b>	<b>18,28</b>	<b>73,57</b>	<b>549,68</b>	<b>70</b>





Утверждаю  
И.о директора школы / *Ф.А. Сабаноква* /  
М.П

Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

11 день ( пятница )							
235	Шницель рыбный рубленый с соусом	100/50	15,54	6,56	13,73	176,12	
309	Макароны отварные	180	6,92	7,28	38,37	246,68	
377	Чай с сахаром с лимоном	200	0	0	15	60	
	Хлеб ржаной	20	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,2	9,66	46,76	
15	Сыр российский (порциями )	10	2,32	2,95	0	35,83	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>27,77</b>	<b>17,2</b>	<b>91,7</b>	<b>632,68</b>	<b>70</b>

Утверждаю  
 И.о директора школы   
 / Ф.А. Сабанокова /  
 М.П.



Меню  
 на  
 5-11 классы(льготная категория)  
 Завтрак

<b>12 день ( суббота)</b>							
244	Плов из отварной говядины	200	20,4	19,1	32,5	383,5	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
389	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0,1	0	9,8	39,6	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>23,65</b>	<b>19,67</b>	<b>94,78</b>	<b>650,74</b>	<b>70</b>
	<b>Итого за весь период</b>		<b>299,49</b>	<b>247,9</b>	<b>1129,6</b>	<b>7947,46</b>	
	<b>Среднее значение за период</b>		<b>24,9575</b>	<b>20,65833</b>	<b>94,13333</b>	<b>662,2883333</b>	<b>0,84</b>



Утверждаю  
И.о. директора школы / Ф.А. Сабаноква /  
М.П.

Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

№ Рец.	Наименование блюд	Выход (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин (С) мг.
			Б	ж	у		
			256	Мясо тушеное (говядина)	100		
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	
203	Макароны отварные	190	6,92	7,28	38,37	246,68	
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>25,11</b>	<b>25,07</b>	<b>80,53</b>	<b>648,19</b>	<b>70</b>

И.о директора школы

Утверждаю

/ Сабаноква Ф.А /

М.П.



Меню  
на  
5-11 классы(льготная категория)  
Завтрак

2 день ( вторник )							
323	Биточки из птицы с соусом	100/50	16,01	16,27	19,75	289,47	
302	Каша рисовая рассыпчатая	180	5,19	6,76	46,1	266	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	67,29	
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,2	9,66	46,76	
389	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0,1	0	9,8	39,6	
	Аскарбиновая кислота						70
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>24,45</b>	<b>23,6</b>	<b>128,13</b>	<b>822,72</b>	<b>70</b>