

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
Манзенская школа**

663430, Красноярский край, п.Манзя ул. Ленина, 11

Главный государственный
Санитарный врач по
Богучанскому району
И.Л.Шигина _____
«_____» _____ 2020г.



Утверждаю
Директор МКОУ Манзенская школа
А.Н. Паршинцева
_____ сентября 2020 г.

**Циклическое меню на 2020 -2021 учебный год
от 7 до 10 лет.**

№ рец Сбор. М. П. Могиль ного 2005г	Дни недели	Наименование блюд	Выхо д г.	Белки	Жиры	Угледо ды	Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
								B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
№106 №383 №271	Понедельник <u>Завтрак</u>	1.Каша рисовая	200	7,43	12,57	57,59	373,32	0,19	1,67	0,7	0,05	46,93	102,30	36,15	0,77
		2.Хлеб пшеничный с маслом	80/10/30	7,09/0,1/6,96	1,0/0,1/-	48,3/0,008/0,00	235/65/36		0,00/0,00	0,00/0,10	0,00/0,01/0,03	23/1,20/100	87/1,90/54	33/0,04/5,00	2/0,2/0,11
		3. Какао	200	3,78	26,40	29,81		0,07	2,34	0,05	0,28	219,15	194,75	34,8	0,90
№72 №364 №227 №300	Обед	1. Уха из горбуши консервированной	250	6,67	21,98	23,11	248	0,18	15,72	2,99	0,200	49,55	382,35	47,53	1,74
		2. Сосиска молочная	100	11,40	1,3	0,8	78,35	0,00	0,00	0,00	0,00	17,50	79,50	10,00	0,90
		3.Макаронные изделия отварные	200	47	78,20	528	0,20	0,00	0,20	0,06	23,68	101,24	18,00	1,84	18,00
		4. Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	19,8	99,00	0,17	0,00	0,00	0,02	29	150	47	3,9
		5. Чай с сахаром	200	0,12	11,28	15,00	57,00	0,00	0,10	0,00	0,01	5,25	8,24	4,40	2,90

№109 №285	Вторни к Завтрак	1.Каша геркулесовая	200	6,33	25,49	18,07	196,30	0,13	1,95	0,14	0,49	188,65	193,98	382	0,75
№365		2. Кофейный напиток	200	2,01	25,65	25,65	165,00	0,070	2,34	0,05	0,27	216,40	162,00	25,20	0,17
		3. Хлеб пшеничный с маслом	80/10	7,9/0,1	1,0/0,1	48,3/0,1	235/65,00	0,16/ 0,00	0,00/ 0,00	0,00/ 0,10	0,00/0,10	23/ 1,20	87/ 1,90	33/0,04	2/0,02
№68 №192	Обед	1.Суп гороховый	250	7,5	3,2	17,30	135	0,15	1,0	0	0,12	8,2	328	48	2,2
№302		2.Пюре картофельное с маслом	150	3,2	6,06	28,3	160,46	0,09	3,59	0,03	0,13	26,64	58,7	18,55	0,67
№283		3.Курица отварная	80	20,82	20,82	1,11	277,35	0,06	1,83	0,03	0,64	23,12	150,61	18,26	1,62
		4. Чай с сахаром и лимоном	200	0,25	23,35	23,35	90,00	0,00	0,40	0,00	0,01	44,80	15,40	6,00	1,26
		5. Хлеб ржаной	200/10 100	0,12 1,5	11,28 21,0	15,00 21,00	57,00 144,00	0,00 0,04	0,10 10,00	0,00 0,00	0,01 0,40	5,25 8,00	0,00 28,00	4,40 42,00	2,90 0,60
№383	Среда Завтрак	1.Хлеб пшеничный с маслом сыром	80/10/ 30	7,09/0,1 /6,96	1,0/0,1/-	48,3/0,08 /0,00	235/65,00/36, 0		0,00/0, 00	0,00/0, 10/	0,00/0,01 /0,03	23/1,20/ 100,00	87/1,90/ 54,00	33/0,04/ 5,00	2/0,02/0, 11
№271		2.Вареники с творогом	200	24	12,8	32,40	344	0,16	/0,16	0,04	0,32	114	200	44	1,20
		3. Какао	200	3,78	26,04	29,81	170,00	0,07	2,34	0,05	0,28	219,15	194,75	34,80	0,90
№47	Обед	1. Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,22	21,38	26,16	190,56	0,22	27,77	1,2	0,16	32,12	150,38	47,71	1,69
№202		2. Тефтели	100	7,4	9,1	9,6	150,00	0,04	3,00	0,00	0,00	22,00	107,00	19,00	0,8
№302		3. Гречка	200	11,64	60	60	517,56	0,02	0,00	0,00	0,18	0,1	54,44	490,24	11,06
№ 264		4.Соус томатный	30	0,54	5,24	5,24	32,00	0,00	1,41	0,10	0,02	6,72	6,61	2,04	0,09
№300		5. Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	19,8	99	0,17	0,00	0,00	0,02	29	150	47	3,9
		6. Чай с лимоном	200/10	1,36	29,02	33,93	129,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	0,00	0,00	0,10
		7.Икра из свеклы отварной	150	4,54	15,14	27,23	239,18	0,15	13,14	0	6,82	95,45	132,7	84,29	2,44
№438	Четверг Завтрак	1.Омлет натуральный	150/5	14,27	22,16	2,65	267,93	114,20	19,50	260,5	2,94	0,10	0,25	345,00	0,5
№365		2. Хлеб пшеничный с маслом и повидлом	80/10/ 10	7,09/0,1/0, 1	1,00,1/0	48,3/0,16 ,5	235/65/1 170,00	0,05/0, 00/0	0,00/,0 0/0,00	0,00/0, 10	0,00/0,10	23/1,20/ 1,2	87/1,90	33/0,04	2/0,02
№285		2. Кофейный напиток	200	2,01	25,65	25,65	165	0,070	2,34	0,05	0,27	2165,40	162	25,20	0,17
№48	Обед	1._Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	9,76	19,012	19,80	196,30	0,07	1,48	1,53	0,11	40,74	163,67	28,59	1,27
№167		2. Рыба запеченная в духовом шкафу	75	14	4,7	0	97	0,15	0	15	0,18	30	94	22	0,4
№304		3. Рис отварной	200	5,18	53,7	95,6	569,14	0,1	0,00	0,18	0,08	12,76	203,82	66,92	1,38
№264		4. Соус сметанный	30	3,36	6,72	1,01	32,00	0,00	1,41	0,10	0,02	6,72	6,61	2,04	0,09
№274		5. Компот из сухоф	200	0,25	23,35	30,96	95,00	0,02	0,80	0,70	0,04	32,40	29,20	21,00	0,70
		6. Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	19,8	99	0,17	0,00	0,00	0,02	29	150,00	47	3,9

№365 №102 №285 №424	Пятница <u>Завтрак</u>	1. Хлеб пшеничный с маслом 2. Каша манная 3. Кофейный напиток 4. Яйцо отварное	80/10 200 200 1шт	7,09/0,1 20,60 2,01 5,10	1,00/0,1 2,0 25,65 4,60	48,30/0,08 141,20 28,92 0,30	235,00/36,00 666 165,00 63,00	0,05/00 0,28 0,070 22,00	0,00/0,10 0,00 2,34 4,80	0,00/0,00 0,00 0,05 76,80	0,00/0,10 /0,00 0,27 1,00	23,00/1,20 40 216,40 0,03	87/1,9 170 162,00 0,00	33/0,04 36 25,20 0,00	2/0,11 2,02 0,17 0,10
№63 №211 №284	<u>Обед</u>	1. Щи из свежей капусты 2. Макароны изделия отварные 3. Гуляш из курицы 4. Компот из яблок 5. Хлеб ржаной	250 200 110 100 100	6,32 47,00 13,62 66	10,49 78,20 7,85 1,2	15,17 528,00 6,98 19,8	158,00 666 90,00 99,00	0,11 0,20 2,35 0,17	49,09 0,00 5,68 0,00	1,56 0,20 2,15 0,00	0,10 0,06 2,38 0,02	79,36 23,68 68,0 29	82,98 101,68 23,5 150	34,86 101,24 52,05 47	1,35 18,00 4,28 3,9
№52 №377 №271	Понедельник <u>Завтрак</u>	1. Суп молочный рисовый 2. Хлеб пшеничный с сыром 3. Какао	250 80/30 200	4,5 7,09/6,7 3,78	4,75 1,0/8,9 26,04	18,25 48,3 /0 29,81	135 235/109 170,00	0,05 0,05 0,070	0,75 0,00 /0,1 2,34	25 0,00 /0,1 0,03	0,49 0,00/78 0,28	145,00 23/260 219,15	130 87/170 194,75	22,5 33/11 34,80	0,25 2/0,15 0,90
№51 №211	<u>Обед</u>	1. Суп картофельный с крупой 2. Плов с мясом 3. Чай с лимоном 4. Хлеб ржаной	250 250 200/10 100	2,5 37,2 0,12 6,6	2,8 41,05 11,28 1,2	16,3 61,48 15,00 19,8	92 397,90 57,00 99,00	0,00 0,11 0,00 0,17	8,2 2,35 0,10 0,00	0 2,15 0,00 0,00	0 0,14 0,01 0,02	32 27,04 5,25 29	200 216,95 8,24 150	30 39,99 4,40 47	1,00 1,24 2,90 3,9
№103 №365 №285	Вторник <u>завтрак</u>	1. Каша пшеничная с изюмом 2. Хлеб пшеничный с маслом 3. Кофейный напиток	200 80/10 200	6,53 7,09/0,1 1,4	38,78 1,0/0,1 1,8	42,42 48,3/ 0,04 21,8	312,50 235/32,50 110	0,12 0,05/0,00 0,02	2,60 0,00 /0,00 0,2	0,16 0,00 /0,03 0,00	0,30 0,00/0,04 0,00	245,90 23/0,60 5,25	209,53 87 /0,95 8,24 48	56,5 33/0,02 0,00	1,10 2/0,01 0,00
№82 №300 №283	<u>Обед</u>	1. Борщ 2. Жаркое по-домашнему 3. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной	250 150/50 200 100	2,5 22,54 0,25 6,6	2,8 17,33 23,25 1,2	13,6 22,15 28,88 19,8	90,0 334,08 99,00 43,00	0,05 0,2 0,00 0,17	10,8 23,5 0,40 0,00	0,00 0,01 0,00 0,00	0,14 0,66 0,01 0,02	58 26,48 44,80 29	200 291,98 15,40 150	30 17,85 6,00 47	1,3 3,36 1,26 39

№109 №365 №285	Среда <u>завтрак</u>	1.Каша кукурузная 2.Хлеб пшеничный с маслом и сыром 3.Какао	200 80/10/ 30 200	6,55 7,09/0,1/6, 96 3,78	15,8 1,0/0,1/-	35,09 48,3/0,08 /0,00 29,81	312,0 235/65/36 170,00	0,16 0,05/0 0,0 0,070	0,00 0,00/0, 00/0,1 6 0,07	0,10 0,00/1, 10/0,0 4 2,34	0,18 0,00/0,01 /0,03 0,05	22,00 23/1,20/ 100 0,28	76,80 87/1,90/ 54 219,15	4,80 33/0,04/ 5 194,75	1,00 2/0,02/0, 11 0,90
№72 №302 №192 №300	<u>обед</u>	1.Уха из сайры консервированной 2.Гречка 3. Печень по-строгон 4.Чай с лимоном 5.Хлеб ржаной 6.Зелёный горошек консервированный	250 200 80 200/10 100 50	6,67 11,64 13,62 0,12 6,6 1,6	21,98 60 7,85 11,28 1,2 1,65	23,11 60 6,98 15,00 19,8 3,2	248,0 517,56 268 57,00 99,00 38,84	0,18 0,02 2,35 0,00 0,17 0,12	15,72 0,00 5,68 0,10 0,00 10,9	2,99 0,18 2,15 0,00 0,00 0,05	0,200 0,1 0,1 0,01 0,02 0,22	49,55 54,44 68,00 5,25 29 21,8	382,35 490,24 235 0,00 150 67,59	47,53 32,52 52,05 4,40 47 22,89	1,74 11,06 4,28 2,90 39 0,76
№53 №271 №365	Четверг <u>Завтрак</u>	1.Суп молочный вермишелевый 2.Кофейный напиток 3.Хлеб пшеничный с маслом сливочным	250 200 80/10	5,50 2,01 7,09/0,1	4,75 25,65 1,0/0,1	19,75 25,65 48,3/0,04	145 165,0 235/32,50	0,075 0,070 0,05/0, 00	0,75 2,34 0,00/0, 00	25 0,05 0,00/0, 03	0,64 0,27 0,00	147,50 216,40 23/0,60	125 162,00 87/0,95	20 25,20 33/0,02	0,5 0,17 2/0,01
№48 №162 №30 №274	<u>обед</u>	1.Рассольник по- ленинградски 2.Котлета рыбная 3.Макаронные изделия 4..Компот из с/ф 5.Хлеб ржаной 6.Икра из свеклы отварной	250 100 200 200 100 150	6,18 18,06 47,00 0,25 6,6 4,54	3,30 6,27 78,20 23,25 1,2 15,14	14,65 0 528,00 28,88 19,8 27,23	113,00 129,33 666 99,00 99,00 239,18	24,98 0,20 0,20 0,00 0,17 0,15	29,45 0,00 0,00 0,40 0,00 13,14	96,93 20 0,20 0,00 0,00 0	1,21 113,50 006 0,01 0,02 6,82	0,11 40 23,68 44,80 29 95,45	0,67 125,33 101,68 15,40 132,7	8,33 29,33 101,24 6,00 47 84,29	0,00 0,53 18,00 1,26 39 2,44
№119 №285 №365 №63 №192	Пятниц а <u>Завтрак</u> <u>Обед</u>	1. Запеканка рисовая 2. Какао 3. Хлеб пшеничный с маслом и сыром 1. Суп гороховый 2. Биточки из говяд 3.Рис отварной 4. Чай с лимоном 5. Хлеб ржаной 6.Огурец консервированный	200/5 200 80/10/ 30 250 75 200 200/10 100 100	4,56 3,78 7,09/0,1/6, 96 7,5 16,02 5,18 0,12 6,6 0,63	9,73 26,04 1,0/0,1/- 3,2 17,58 53,7 11,28 1,2 5,07	43,99 29,81 48,3/0,08 /0,00 17,30 8,61 95,6 15,00 19,8 4,16	283,14 170,00 235/65/36 135 265,2 569,14 57,00 99,00 64,63	0,13 0,07 0,05/0, 00 0,15 0,08 0,1 0,00 0,17 0,02	1,95 2,34 0,00/0, 00/0,1 6 1,0 0 0,00 0,10 0,00 1,18	0,14 0,05 0,00/0, 10/0,0 4 0 0,1 0,18 0,00 0,05	0,49 0,28 0,00/0,01 /0,03 0,12 0,65 0,08 0,01 0,02 2,27	188,65 219,15 23/1,20/ 100 82 13,12 12,76 5,25 29 10,13	193,98 194,75 87/1,90/ 54 328 136,42 203,82 0,00 150 15,84	43,82 34,8 33/0,04/ 5 48 21,07 66,92 4,40 47,00 8,11	0,75 0,90 2/0,2/0,1 1 2,20 2,15 1,38 2,90 39 0,33

Составил:

шеф-повар _____ А.Н.Великая

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
Манзенская школа**

663444Красноярский край, п. Манзя ул. Ленина,11

СОГЛАСОВАНО

Главный государственный

Санитарный врач по

Богучанскому району

И.Л.Шигина _____

« _____ » _____ 2020г.



Утверждаю

Директор МКОУ Манзенская школа

А.Н. Паршинцева

сентября_2020 г.

**Циклическое меню на 2020 -2021 учебный год
от 11 до 18 лет.**

№ рец Сбор. М. П. Могиль ного 2005г	Дни недели	Наименование блюд	Выхо д г.	Белки	Жиры	Угледо ды	Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
								B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
№106 №383 №271	Понед ельник <u>Завтрак</u>	1.Каша рисовая 2.Хлебпшеничный с маслом 3. Какао	300 150/10 /30 200	11,15 14,82/0,1/6 ,96 3,78	18,86 1,25/0,1/- 26,40	86,40 60,38/0,0 08/0,00 29,81	559,98 293,75/65/36	0,285 0,07	2,51 0,00/0, 00 2,34	1,05 0,00/0, 10 0,05	0,0075 0,00/0,01 /0,03 0,28	70,39 28,75/1,2 0/100 219,15	153,45 108,75/1, 90/54 194,75	54,22 41,25/0,0 4/5,00 34,8	1,16 2,50/0,2/ 0,11 0,90
№72 №364 №227 №300	Обед	1. Уха из сайры консервированной 2. Сосиска молочная 3.Макаронные изделия отварные 4. Хлеб ржаной 5. Чай с сахаром	350 100 230 200 200	10,68 11,40 54,05 13,20 0,12	35,17 1,3 89,93 2,40 11,28	36,98 0,8 607,20 39,60 15,00	396,80 78,35 0,23 198,00 57,00	0,288 0,00 0,00 0,34 0,00	25,15 0,00 0,23 0,00 0,10	4,78 0,00 0,069 0,00 0,00	0,32 0,00 27,23 0,04 0,01	79,28 17,50 116,43 58 5,25	611,76 79,50 20,70 300 8,24	76,048 10,00 2,115 94 4,40	2,78 0,90 20,70 7,80 2,90

№109 №285	Вторник <u>Завтрак</u>	1.Каша геркулесовая	300	9,50	38,24	27,12	294,45	0,195	2,93	0,21	0,74	282,98	290,97	573	1,125
№365		2. Кофейный напиток	200	2,01	25,65	25,65	165,00	0,070	2,34	0,05	0,27	216,40	162,00	25,20	0,17
		3. Хлеб пшеничный с маслом	150/15	14,82/0,15	1,25/0,15	60,38/0,15	293,75/97,50,00	0,16/0,00	0,00/0,00	0,00/0,10	0,00/0,15	28,75/1,80	108,75/2,85	41,25/0,06	2,50/0,03
№68 №192	Обед	1.Суп гороховый	350	12,00	5,12	27,68	216,00	0,24	1,6	0	0,19	131,20	524,80	76,80	3,52
№302		2.Пюре картофельное с маслом	200	4,27	8,08	37,73	213,95	0,12	4,79	0,04	0,17	35,52	72,27	24,70	0,89
№283		3.Курица отварная	110	20,82	20,82	1,11	277,55	0,06	1,83	0,05	0,64	23,12	150,61	18,26	182
		4.Чай с лимоном и сахаром	200/10	0,12	11,28	15,00	57,00	0,00	0,10	0,00	0,01	5,25	0,00	4,40	2,90
		4. Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	19,8	99,00	0,17	0,00	0,00	0,02	29	150	47	3,9
№383	Среда <u>Завтрак</u>	1.Хлеб пшеничный с маслом сыром	150/15/30	13,29/0,15/6,96	1,87/0,15/-	90,56/0,015/0,00	440,63/97,5000/36,0344		0,00/0,00	0,00/0,10/0,04	0,00/0,015/0,03	43,13/1,80/100,00	163,13/2,85/54,00	61,88/0,06/5,00	23,75/0,03/0,11
№271		2.Вареники с творогом	200	24	12,8	32,40		0,16	/0,160	0,04	0,32	114	200	44	1,20
		3. Какао	200	3,78	26,04	29,81	170,00	0,07	2,34	0,05	0,28	219,15	194,75	34,80	0,90
№47	Обед	1. Суп картофельный с макаронными изделиями	350	9,95	34,21	41,86	304,90	0,35	44,43	1,92	0,26	51,39	240,61	76,34	2,704
№202		2. Тефтели	120	8,88	10,92	11,52	180,00	0,048	3,60	0,00	0,00	26,40	128,40	22,80	0,96
№302		3. Гречка	230	13,38	69	69	595,19	0,023	0,00	0,00	0,21	0,115	62,61	563,78	12,72
№ 264		4.Соус томатный	30	0,54	5,24	5,24	32,00	0,00	1,41	0,10	0,02	6,72	6,61	2,04	0,09
		5. Хлеб ржаной	200	13,2	2,40	39,60	198	0,34	0,00	0,00	0,04	58	300	74	7,8
№300		6. Чай с лимоном	200/10	1,36	29,02	33,93	129,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	0,00	0,00	0,10
		7. Икра из отварной свеклы	150	4,54	15,14	27,23	239,18	0,15	13,14	0	6,82	95,45	132,7	84,29	244
№438	Четверг <u>Завтрак</u>	1.Омлет натуральный	200/5	18,99	28,32	3,51	345,90	151,72	25,97	346,49	3,91	0,13	0,33	452,90	0,8
№365		2. Хлеб пшеничный с маслом и повидлом	150/15/10	13,29/0,15/0,1	1,87/0,15/0	90,56/0,156,5	440,63/97,5/170,00	0,05/0,00/0	0,00/0,2,34	0,00/0,10	0,00/0,15	43,13/1,80/1,2	163,13/2,85	61,88/0,06	23,75/0,03
№285		2. Кофейный напиток	200	2,01	25,65	25,65	165	0,070	2,34	0,05	0,27	2165,40	162	25,20	0,17
№48	Обед	1. Суп картофельный с мясными фрикадельками	350	15,62	30,42	31,68	314,08	0,112	2,37	2,448	0,176	65,18	261,87	45,75	2,03
№167		2. Рыба запеченная в духовом шкафу	100	18,66	6,27	0	129,33	0,20	0	20	113,50	40	125,33	29,33	0,53
№304		3. Рис отварной	230	5,98	61,76	109,94	654,51	0,115	0,00	0,207	0,33	14,67	234,39	76,96	1,59
№264		4. Соус сметанный	30	3,36	6,72	1,01	32,00	0,00	1,41	0,10	0,02	6,72	6,61	2,04	0,09
№274		5. Компот	200	0,25	23,35	30,96	95,00	0,02	0,80	0,70	0,04	32,40	29,20	21,00	0,70
		6. Хлеб ржаной	200	13,20	2,40	39,60	198	0,34	0,00	0,00	0,04	58	300,00	74	7,80

[illegible]

№109 №365 №285	Среда <u>завтрак</u>	1.Каша кукурузная 2.Хлеб пшеничный с маслом и сыром 3.Какао	300 150/15 /30 200	9,83 10,63/0,15, 96 3,78	23,70 1,87/0,15/- 26,04	52,64 90,56/0,0 6/0,00 29,81	468,00 440,63/8,75/3 6 170,00	0,24 0,094/ 00,0 0,070	0,00 0,00/0, 00/0,1 6 0,07	0,15 0,00/1, 310/0, 04 2,34	0,27 0,00/0,04 /0,03 0,05	33,00 43,13/1,2 0/100 0,28	115,20 163,131, 90/54 219,15	7,20 61,88/0,0 4/5 194,75	1,50 3,75/0,02 /0,11 0,90
№72 №302 №192 №300	<u>обед</u>	1.Уха из сайры консервированной 2.Гречка 3. Печень по- строгоновски 3.Чай с лимоном 5.Хлеб ржаной 6.Зелёный горошек консервированный	350 230 110 200/10 100 50	10,67 17,46 13,62 0,12 6,6 1,6	35,17 90,00 7,85 11,28 1,2 1,65	36,98 90,00 6,98 15,00 19,8 3,2	297,60 776,64 268 57,00 99,00 38,84	0,29 0,03 2,35 0,00 0,17 0,12	25,15 0,00 5,68 0,10 0,00 10,9	4,78 0,27 2,15 0,00 0,00 0,05	0,32 0,1 3,57 0,01 0,02 0,22	79,28 81,66 68,00 5,25 29 21,8	611,76 735,36 235 0,00 150 67,59	76,05 48,78 52,05 4,40 47 22,89	2,78 16,59 4,28 2,90 39 0,76
№53 №271 №365	Четверг <u>Завтрак</u>	1.Суп молочный вермишелевый 2.Кофейный напиток 3.Хлеб пшеничный с маслом сливочным	350 200 150/15	7,70 2,01 13,29/0,18	6,65 25,65 1,88/0,018	27,65 25,65 90,56/0,0 75	203 165,0 440,75/8,75	0,105 0,070 0,094/ 0,00	1,05 2,34 0,00/0, 0	35 0,05 0,00/0, 031	0,896 0,27 0,00	206,5 216,40 43,13/1,2 0	175 162,00 163,13/1, 94	28 25,20 61,88/0,0 4	0,70 0,17 3,75/0,02
№48 №162 №30 №274	<u>обед</u>	1.Рассольник по- ленинградски 2.Котлета рыбная 3.Макаронные изделия 4..Компот из с/ф 5.Хлеб ржаной 6.Икра из свеклы отварной	350 100 230 200 100 150	6,18 18,66 54,05 0,25 6,6 4,54	3,30 6,27 89,93 23,35 1,2 15,14	14,65 0 607,2 30,96 19,8 27,23	113,00 129,33 0,23 95,00 99,00 239,18	24,98 0,20 0,00 0,02 0,17 0,15	29,45 0,00 0,23 0,80 0,00 13,14	96,93 20 0,069 0,70 0,00 0	1,21 113,50 27,23 0,04 0,02 6,82	66,18 40 116,43 32,40 29 95,45	1,21 123,33 20,70 6,61 47 132,7	0,11 29,33 2,115 2,04 47 84,29	8,33 0,53 20,70 1,38 39 2,44
№119 №285 №365 №63 №192	Пятниц <u>а</u> <u>Завтрак</u> <u>Обед</u>	1. Запеканка рисовая 2. Какао 3. Хлеб пшеничный с маслом и сыром 1. Суп гороховый 2. Биточки из говядины 3. Рис отварной 4. чай с лимоном 5. Хлеб ржаной 6.Огурец консервированный	200/5 200 150/15 /30 350 110 230 200 100 100	4,56 3,78 13,29/018/ 96 12,00 20,82 5,98 0,12 6,6 0,65	9,73 26,04 1,88/018/- 5,12 20,82 61,76 11,28 1,2 3,07	43,99 29,81 90,56/0,0 75/0,00 27,68 1,11 109,94 15,00 19,8 4,16	283,14 170,00 440,75/8,75/3 6 216,00 277,35 654,51 57,00 99,00 64,65	0,20 0,07 0,094/ 0,00 0,24 0,06 0,115 0,00 0,17 0,02	2,93 2,34 0,00/0, 00/0,1 6 1,6 1,83 0,00 0,10 0,00 1,18	0,21 0,05 0,00/0, 31/0,0 4 0 0,03 0,207 0,33 0,01 0,00 0,05	0,74 0,28 0,00/0,01 /0,03 0,19 0,64 0,33 0,02 0,02 2,27	282,97 219,15 43,13/1,2 0/100 131,20 23,12 14,67 5,23 29 10,15	290,97 194,75 163,13/1, 90/54 524,80 150,61 234,39 0,00 150 15,84	65,73 34,8 61,88/0,0 4/5 76,80 18,26 76,96 4,40 47,00 8,11	1,13 0,90 3,75/0,2/ 0,11 3,52 1,62 1,59 2,90 39 0,33

Составил:

шеф-повар _____ А.Н.Великая