

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №1 г. Кушва

Кузнецова О.В.



УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО «ОЛЕС»

Васьков Е.Л.



**ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ
ВСЕСЕЗОННОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ,
ОБЕДОВ И УСИЛЕННЫХ ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4, 5-11 КЛАССОВ В
МАОУ СОШ №1**

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.

"ОЛЕС" Васьков Е.Л.

О Управляющий ООО
Сков Е.Л.

Витамины					Цена
В	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	

5-11 классы																				
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины							Цена руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
	ЗАВТРАК 120,99 р																			
23/4	Каша молочная пшеница с маслом сливочным 200/10	210	4,28	2,86	4,80	1,65	40,48	228,00	118,78	47,99	179,79	1,32	35,52	39,68	67,62	0,25	0,18	0,5	40,00	
6/2	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	0,00	0,00	4,16	27,08	93,49	39,32	108,23	1,6	9,6	7,68	17,84	0,02	0,03	0,42	5,00	
5/13	Масло сливочное порционно	10,00	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	25,5	39,8	0,06	0	0,06	12,00	
	Яблоко свежее	180	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	35,00	
7	Батон витаминизированный	50,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	7,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизир	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99	
пром	Кондитерское изделие	30,00	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,006	0	0,11	20,00	
	Итого за прием	670	19,11	11,92	19,43	4,92	83,26	587,66	675,18	127,90	597,25	4,69	148,47	124,10	197,96	1,71	0,35	1,20	120,99	
	ОБЕД 153,89 р																		Цена	
3/2	Борщ со сметаной 250/10	260	3,34	0,26	3,61	5,43	13,49	201,36	46,47	22,37	51,92	0,99	9,36	16	227,29	2,52	0,05	11,24	25,00	
	Огурец свежий порционно	30,00	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	17,00	
	Биточки рыбные (филе минтая)	100	14,99	10,00	16,89	0,01	17,93	152,00	19,02	26,61	176,95	0,59	23,42	384	93,28	1,48	0,16	1,36	76,00	
60/3	Рис припущенный (круглый)	180	4,40	0,04	5,70	0,60	44,50	273,11	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	18,00	
	Компот из кураги	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	14,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизир	20,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,89	
	Итого за прием	780	26,66	10,42	28,42	8,18	123,10	821,30	186,23	98,12	368,19	4,22	65,31	418,44	357,45	6,20	0,61	17,64	153,89	
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																			
43/8	Кура отварная с овощами	110	10,10	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0	0,41	0,11	0	75,00	
2/3	Картофель отварной	180	4,83	1,56	4,90	0,65	32,50	193,42	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19	13,24	35,00	
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	50,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	5,00	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99	
	Итого за прием	560,00	19,21	11,72	24,97	2,42	71,92	592,20	121,44	73,86	297,07	4,45	25,95	43,98	34,24	1,93	0,44	13,24	120,99	

[illegible]

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.

Витамины					Цена
В	Р ₂ ,мкг	Е ₂ ,мг	В ₁ ,мг	С,мг	
0,24	9,3	0,65	0,08	0	15,00
0	0	0,41	0,11	0	10,00
12	22,5	0,82	0,06	0	15,00
0	0	0	0	0	4,00
0	0	0,68	0,06	0	4,00

Витамины					Цена
В	Р ₂ ,мкг	Е ₂ ,мг	В ₁ ,мг	С,мг	
0,24	9,3	0,65	0,08	0	15,00
0	0	0,41	0,11	0	10,00
12	22,5	0,82	0,06	0	15,00
0	0	0	0	0	4,00
0	0	0,68	0,06	0	4,00

0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
2,24	23,80	2,54	0,31	0,00	109,64
					Цена
339,5	357,75	0,3	0,06	9,09	25,00
0	0	0	0	0	2,00
7,42	128,52	0,988	0,04	0,425	75,00
4,47	42,8	0,73	0,19	0	16,00
0	0	0	0,01	0	12,00
0	0	0,68	0,06	0	5,00
0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,60
1,65	530,37	3,33	0,44	9,52	136,60
52,4	221,17	0,55	0,05	0,05	84,00
0	0	0	0	0	4,00
0	0	0,68	0,06	0	20,00
0	0	0,68	0,06	0	1,64

22,40	221,17	1,91	0,17	0,05	109,64
Витамины					
В	РЭ _{МКГ}	ТЭ _{МГ}	В1 _{МГ}	С _{МГ}	Цена
0,24	1,3	0,63	0,08	0	15,00
0	0	0,41	0,11	0	75,00
14,4	27	0,98	0,08	0	18,00
0	0	0	0	0	5,00
0	0	0,68	0,06	0	5,00
0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,99
4,64	28,30	2,70	0,33	0,00	120,99
					Цена
639,5	357,75	0,3	0,06	9,09	25,00
0	0	0	0	0	2,00
17,42	128,52	0,988	0,04	0,425	85,00
24,47	42,8	0,73	0,19	0	21,00
0	0	0	0,01	0	12,00
0	0	0,68	0,06	0	6,00
0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,89
1,65	530,37	3,33	0,44	9,52	153,89
52,4	221,17	0,55	0,05	0,05	90,00
0	0	0,68	0,06	0	20,00
0	0	0	0	0	4,00
0	0	0,68	0,06	0	4,00

540	19,36	11,06	24,39	2,97

Бузакова Н.А.

Кузнецова О.В.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Д.

1-4 классы

1-4 классы		№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭН, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена
					всего	вт.ч. жив.	всего	вт.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	В	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
			ЗАВТРАК 109,64 р.																		
			Пудинг творожный со сгущенным молоком 150/25	175	10,11	6,00	10,27	0,11	15,55	215,99	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	35,29	75,35	0,38	0,04	0,21	82,00
2443			Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
14/10			Манник	100,00	4,10	0,00	4,40	1,20	29,00	121,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	20,00
7/1			Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2			Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
			Итого за прием	515	18,49	6,06	16,46	3,08	83,56	529,28	150,04	49,62	254,07	2,91	66,13	35,53	76,65	2,37	0,24	0,21	109,64
			ОБЕД 136,60 р.																		Цена
1356			Суп картофельный с рыбой горбуша	250	3,18	0,00	7,12	3,00	17,80	158,14	33,79	33,39	93,21	1,74	0	969,6	201,9	2,45	0,17	4,6	38,00
31			Котлета куриная из мяса птицы	90	15,20	6,00	11,32	0,00	11,40	191,23	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	43,2	102,04	0,79	0,07	1,16	70,00
57/3			Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,74	12	12	22,5	0,82	0,06	0	15,00
6/2			Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	1,14	5,04	10,00
7/1			Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2			Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	20,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,60
			Итого за прием	730	23,62	6,10	23,92	5,33	101,11	705,44	199,00	88,80	378,13	6,79	67,70	1025,04	327,74	5,37	0,58	10,80	136,60
			УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,64 р.																		
2/9			Бигус с курицей	200	8,00	4,00	9,00	4,00	0,03	66,00	119,65	13,96	11,62	103,61	1,03	36,18	12,72	63,18	0,42	8,73	78,00
пром			Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	15,00
			Булочка Домашняя	50	7,86	7,37	9,32	6,14	28,22	228,20	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	13,62	49,04	3,12	0,06	0,13	13,00
7/1			Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2			Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
			Итого за прием	490,00	19,99	11,43	20,13	11,81	72,57	496,96	213,02	48,18	176,72	106	29,47	50,04	63,06	68	0,63	8,86	109,64

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	В	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
	ЗАВТРАК 120,99 р																		
2443	Пудинг творожный со сгущённым молоком 190/25	215	12,11	6,00	12,33	0,13	24,00	267,90	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	35,29	75,35	0,38	0,04	0,21	91,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
	Манник	100,00	4,10	0,00	4,40	1,20	29,00	121,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	20,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	Итого за прием	575,00	20,49	6,06	18,52	3,10	92,01	581,19	150,04	49,62	254,07	2,91	66,13	35,53	76,65	2,37	0,24	0,21	120,99
	ОБЕД 153,89 р																		Цена
1356	Суп картофельный с рыбой горбуша	250	3,18	0,00	7,12	3,00	17,80	156,14	33,79	33,39	93,21	1,74	0	969,6	201,9	2,45	0,17	4,6	38,00
31	Котлета куриная из мяса птицы	100	14,20	6,00	14,50	0,00	19,00	237,00	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	43,2	102,04	0,79	0,07	1,16	80,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	6,37	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	27	0,98	0,08	0	18,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	60	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,89
	Итого за прием	810	27,68	6,11	27,86	5,47	117,59	787,45	194,71	90,26	386,24	6,94	70,10	1027,44	332,24	5,53	0,60	10,80	153,89
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																		
2/9	Бигус с курицей	200	101,1	12,16	12,58	13,12	0,04	2,07	124,95	13,96	11,62	103,61	1,03	36,18	12,72	63,18	0,42	8,73	85,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	15,00
	Масло сливочное порционно	15,00	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	13,62	49,04	3,12	0,06	0,13	16,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	Итого за прием	465	28,14	20,21	13,08	6,64	78,82	567,54	64,36	98,58	195,74	7,03	29,42	1592,8	462,29	3,5	0,3	19,69	120,99

Зам. зав. производством:			Бузакова Н. А.
Директор МАОУ СОШ № 1			Кузнецова О. В.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.

Витамины					Цена
РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
5	28,56	1,75	0,03	3,53	70,00
5	34,28	0,26	0,04	0	26,00

4 классы																								
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины							Цена				
			всего	вт.ч. жив.	всего	вт.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг						
	ЗАВТРАК 109,64 р.																							
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	90	7,34	4,00	9,50	3,35	8,08	143,00	26,81	17,97	92,73	1,32	6,65	49,15	28,56	1,75	0,03	3,53	70,00					
60/2	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	23,00	191,20	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	26,00					
15/10	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	0	5,00					
7/1	Хлеб витаминизированный	60,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00					
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,64					
	Итого за прием	530	16,07	4,09	16,26	5,74	70,15	491,90	44,84	58,99	216,82	3,34	38,38	67,35	64,14	3,32	0,21	3,53	109,64					
	ОБЕД 136,60р. р																							
	Помидор свежий	40	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	20,00					
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260	7,42	0,26	9,86	5,97	32,68	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	1019,6	227,76	2,64	0,1	6,98	25,00					
4/8	Плов из мяса свинины(рис кр. куркум)	200	12,43	10,31	11,62	6,98	24,65	356,13	21,56	44,69	246,87	3,12	0	939,13	195,65	3,54	0,08	0,46	77,00					
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	10,00						
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00					
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,60					
	Итого за прием	750,00	23,78	10,69	23,70	15,09	100,51	705,67	164,40	100,27	404,25	6,35	10,91	1959,23	426,01	8,12	0,54	12,48	136,60					
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,64 р.																							
99	Каша "Дружба" молочная с маслом	200/10	9,12	3,23	8,11	2,17	33,10	224,30	211,9	36,36	27,64	121,24	0,61	13,38	10,15	24,46	1,06	2,68	45,00					
	Масло сливочное порционно	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	8,8	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00					
	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	0	10,00					
пром.	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	38,00					
7/1	Хлеб витаминизированный	30,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00					
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64					
	Итого за прием	735	17,73	7,62	18,09	3,94	73,31	439,17	376,5	71,73	180,07	146,5	33,36	47,92	55,95	37,7	2,10	3,48	109,64					
5-11 классы																								
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины							Цена				
			всего	вт.ч. жив.	всего	вт.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг						
	ЗАВТРАК 120,99 р																							
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	100	9,30	7,61	10,52	3,35	8,75	154,00	26,81	17,97	92,73	1,32	6,65	49,15	28,56	1,75	0,03	3,53	77,00					
60/2	Пюре картофельное	180	5,10	0,03	6,10	0,62	37,47	237,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	32,00					
15/10	Чай с лимоном	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	0	5,00					
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	5,00					
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99					
	Итого за прием	550	18,74	7,70	18,41	5,74	81,29	564,68	44,84	58,99	216,82	3,34	38,38	67,35	64,14	3,32	0,21	3,53	120,99					
	ОБЕД 153,89 р																							
	Помидор свежий	40,00	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	20,00					
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260,00	3,42	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	1019,6	227,76	2,64	0,1	6,98	25,00					
20/10	Плов из мяса свинины(рис кр. куркум)	250,00	19,87	11,00	19,20	7,85	34,65	376,00	24,26	50,28	277,73	3,51	0	1056,5	220,11	3,98	0,09	0,51	95,00					
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	10,00						
7/1	Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00					
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,89					
	Итого за прием	790	27,22	11,38	28,50	15,96	104,43	746,07	167,10	105,86	435,11	6,74	10,91	2076,62	450,47	8,56	0,55	12,53	153,89					
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																							
99	Каша "Дружба" молочная с маслом	200/10	9,12	3,23	8,11	2,17	33,10	224,30	211,9	36,36	27,64	121,24	0,61	13,38	10,15	24,46	1,06	2,68	45,00					
14/10	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	0	10,00					
пром.	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	38,00					
	Булочка "Домашняя"	100,00	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	20,00					
7/1	Хлеб витаминизированный	50,00	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	5,00					
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,99					
	Итого за прием	790	20,43	7,24	15,09	5,14	95,15	579,93	384,0	73,65	200,87	123,7	32,86	39,12	47,15	26,5	1,26	2,79	120,99					
	Зам. зав. производством:						Бузакова Н. А.																	
	Директор МАОУ СОШ № 1						Кузнецова О. В.																	

МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена	
			всего	вт.ч. жив.	всего	вт.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
	ЗАВТРАК 109,64 р.																			
	Каша "Царская" с куриным филе	220	7,10	4,00	10,55	0,76	28,01	243,00	10,55	38,25	62,33	1,28	9,2	977,05	280,06	0,3	0,06	0,38	80,00	
	Масло сливочное порционно	15	4,60	0,00	4,00	0,00	0,41	78,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0,00	0,11	17,00	
28	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00	
7	Батон витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	7,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64	
	Итого за прием	505	15,98	4,06	16,34	2,53	67,43	476,78	173,86	62,34	201,56	2,89	41,45	1002,79	317,06	1,67	0,20	0,49	109,64	
	ОБЕД 136,60 р.																			
																			Цена	
1348	Щи из свежей капусты со сметаной 250/	260	2,01	0,26	6,59	5,41	8,77	106,83	38,51	19,77	46,76	0,69	9,36	1266,3	279,14	2,49	0,05	12,54	22,00	
11/7	Котлета Пожарская из мяса кури	90	12,52	9,00	10,74	3,74	4,62	151,77	47,04	24,64	154,71	0,62	30	3,84	30,72	2,83	0,14	0,89	70,00	
2/3	Картофель отварной	150	4,83	1,56	4,90	0,65	53,00	264,00	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19	13,24	26,00	
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	15,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,60	
	Итого за прием	740	23,49	10,88	24,04	11,47	106,71	741,34	188,75	107,47	385,01	4,62	65,31	1314,12	344,10	6,84	0,53	26,67	136,60	
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,64 р.																			
62/3	Омлет натуральный	150/5	9,60	8,60	14,11	0,00	1,34	197,59	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	52,4	221,17	0,55	0,05	0,05	82,00	
	Кондитерское изделие	30,00	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	47,86	134,39	0,68	0,03	0,08	20,00	
6/2	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	5,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,64	
	Итого за прием	505		12,21	28,54	1,59	81,51	549,96	200,49	38,21	227,45	2,73	130,84	100,26	355,56	1,91	0,08	5,17	109,64	

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
	ЗАВТРАК 120,99 р																		
23/5	Каша "Царская" с куриным филе	250	9,30	5,00	12,08	0,84	38,20	290,70	10,55	38,25	62,33	1,28	9,2	977,05	280,06	0,3	0,06	0,38	90,00
5/13	Масло сливочное порционно	15	4,86	0,00	4,96	0,00	0,41	98,20	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	17,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	* 7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,99
	Итого за прием	545	18,44	5,06	18,83	2,61	77,62	544,68	173,86	62,34	201,56	2,89	41,45	1002,79	317,06	1,67	0,20	0,49	120,99
	ОБЕД 153,89 р																		Цена
7/2	Щи из свежей капусты со сметаной 250/	260	2,01	0,26	6,59	5,41	8,77	106,83	38,51	19,77	46,76	0,69	9,36	1266,3	279,14	2,49	0,05	12,54	22,00
11/7	Котлета Пожарская из мяса птицы	100	15,50	14,90	13,45	4,15	5,10	211,00	47,04	24,64	154,71	0,62	30	3,84	30,72	2,83	0,14	0,89	75,00
2/3	Картофель отварной	180	5,80	1,90	5,90	0,80	63,90	297,50	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19	13,24	32,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	15,00
7/1	Хлеб витаминизированный	60	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	3,89
	Итого за прием	840	27,44	17,12	27,75	12,03	122,09	854,60	188,75	107,47	385,01	4,62	65,31	1314,12	344,10	6,84	0,53	26,67	153,89
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																		
62/3	Омлет натуральный	180/5	12,00	11,00	21,40	0,00	1,67	246,99	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	52,4	221,17	0,55	0,05	0,05	90,00
	Кондитерское изделие	30,00	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	47,86	134,39	0,68	0,03	0,08	20,00
6/2	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,99
	Итого за прием	555	22,02	14,67	36,34	2,06	87,12	665,85	204,60	40,85	242,68	3,39	131,59	100,50	356,86	2,54	0,36	5,17	120,99

Директор МАОУ СОШ № 1

Кузнецова О.В.

Зам. зав. производством:

Бузакова Н.А.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.

Управляющий ООО					Цена
И.Л. _____					
Витамины					
ТЭ.мг	ТЭ.мг	В1.мг	С.мг		
02664006593 *					

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угледо- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины							Цена
			всего	вт.ч. жив.	всего	вт.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	В	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
	ЗАВТРАК 120,99 р																			
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным м	200/10	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	13,38	10,15	24,46	1,06	2,68	44,00	
	Сыр порционно	20	7,20	0,00	6,12	0,00	1,00	90,04	80,00	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	35,00	
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00	
7	Батон витаминизированный	40	1,54	0,00	0,60	0,60	10,02	54,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99	
пром	Яблоко свежее	160,00	0,55	0,55	0,55	0,05	7,60	89,50	24	13,5	16,5	3,3	0	45	7,5	0,3	0,05	15	30,00	
	Итого за прием	730	17,65	3,84	14,26	3,35	76,59	537,72	331,25	68,34	108,60	126,70	2,11	58,86	20,25	26,70	1,33	17,68	120,99	
	ОБЕД 153,89 р																			
																			Цена	
19/2	Суп картофельный с горохом	250	5,05	0,00	4,95	3,00	17,80	187,56	33,79	33,39	93,21	1,74	0	969,6	201,9	2,45	0,17	4,6	25,00	
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00	
11/8	Гуляш из мяса свинины	120	22,84	20,84	13,08	0,06	4,14	225,64	19,16	34,68	277,65	4,01	27,46	77,09	47,42	0,78	0,07	0,84	76,00	
60/2	Пюре картофельное	180	4,39	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	32,00	
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	10,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	60,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров	30,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,89	
	Итого за прием	850	37,35	21,00	25,95	5,39	115,06	870,09	169,58	114,57	494,95	7,73	59,24	1064,89	284,90	4,80	0,56	10,48	153,89	
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																			
925	Филе куриное запечённое с помидоркой	100	12,18	12,18	11,43	2,13	2,18	189,95	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0	0,41	0,11	0	93,00	
60/3	Рис припущенный круглый	180	3,66	0,03	4,76	0,52	37,11	212,57	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	18,00	
15/10	Чай с лимоном	200/5	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99	
	Итого за прием	525	20,18	12,27	17,98	4,42	78,36	596,73	46,59	56,32	237,62	3,49	31,73	18,20	35,58	1,98	0,29	0,00	120,99	

Зам. зав. производством:			Бузакова Н. А.
Директор МАОУ СОШ № 1			Кузнецова О. В.

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.

1-4 классы

20 Января

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
	ЗАВТРАК 109,64 р.																		
	Соус Болоньезе из свинины 50/50	100	9,89	7,00	10,93	9,00	9,00	121,11	33,62	26,8	195,1	2,85	54,9	43,2	102,04	0,79	0,07	1,16	70,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,74	12	12	22,5	0,82	0,06	0,13	15,00
	Масло сливочное порционно	10	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,9	0,77	27,69	13,62	49,04	3,12	0,06	0,13	12,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,41	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00
7	Батон витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,85	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
	Итого за прием	520	17,24	9,30	20,93	13,43	93,76	627,53	129,49	63,81	400,79	5,86	95,34	69,06	174,88	6,04	0,33	1,29	109,64
	ОБЕД 136,60 р.																		
	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10	260	7,42	3,00	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	1019,6	227,76	2,64	0,1	6,98	25,00
10/2	Кнели куриные из филе	90	9,99	9,10	11,12	1,16	11,65	189,19	34,56	17,95	103,4	1,45	15,57	447,42	128,52	0,988	0,04	0,425	72,00
16/4	Каша гречневая вязкая	150	5,25	5,00	6,70	2,74	19,14	173,98	29,3	125,81	188,5	4,23	22,3	24,47	42,8	0,73	0,19	0	16,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	15,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	3,08	1,20	1,20	22,97	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	0,85	0,85	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	3,60
	Итого за прием	530	19,37	18,03	19,63	5,57	78,04	602,43	87,49	164,10	341,14	7,51	38,62	472,13	172,62	3,03	0,38	0,43	136,60
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,64 р.																		
62/3	Омлет натуральный с маслом сливочным	155	9,60	8,60	17,12	0,00	1,34	197,59	52,91	11,34	131,5	1,48	86,89	52,4	221,17	0,55	0,05	0,05	82,00
	Булочка "Домашняя"	100	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	47,86	134,39	0,68	0,03	0,08	20,00
6/2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
	Итого за прием	495	19,62	12,27	32,06	2,06	86,79	579,94	204,60	40,85	242,68	3,39	131,6	100,50	356,86	2,54	0,36	5,17	109,64

5-11 классы

3-11 классы		Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена
№	Наименование блюда		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
	ЗАВТРАК 120,99 р																		
	Соус Болоньезе из свинины 60/50	110	9,89	7,00	10,93	9,00	9,00	121,11	33,62	26,8	195,1	2,85	54,9	43,2	102,04	0,79	0,07	1,16	76,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	2,37	0,05	4,53	0,80	25,87	229,45	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	27	0,98	0,08	0	18,00
	Масло сливочное порционно	10	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,9	0,77	27,69	13,62	49,04	3,12	0,06	0,13	12,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,41	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00
7	Батон витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,99
	Итого за прием	580	18,30	8,52	21,69	13,57	89,62	665,78	132,06	65,27	408,90	6,01	97,74	71,46	179,38	6,20	0,35	1,29	120,99
	ОБЕД 153,89 р																		Цена
10/2	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10	260	3,42	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	1019,6	227,76	2,64	0,1	6,98	25,00
	Помидоры свежие порционно	30	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	17,00
	Кнели куриные из филе	100	10,30	10,30	12,10	1,16	19,30	189,19	38,1	17,95	103,4	1,45	15,57	447,42	128,52	0,988	0,04	0,425	75,00
16/4	Каша гречневая вязкая	180	10,30	0,05	8,20	3,00	22,90	273,13	33,2	125,81	188,5	4,23	22,3	24,47	42,8	0,73	0,19	0	18,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	15,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,40	0,00	1,30	1,30	25,08	107,81	9,1	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,89
	Итого за прием	780	25,05	10,47	22,72	6,40	96,84	731,56	99,34	166,74	356,37	8,17	39,37	472,37	173,92	3,66	0,46	0,43	153,89
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																		
62/3	Омлет натуральный	180/5	12,00	11,00	17,22	0,00	22,00	271,30	52,91	11,34	131,5	1,48	86,89	52,4	221,17	0,55	0,05	0,05	89,00
6/2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	7,00
	Булочка "Домашняя"	100	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	47,86	134,39	0,68	0,03	0,08	20,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	Итого за прием	525	22,02	14,67	32,16	2,06	107,45	653,65	204,60	40,85	242,68	3,39	131,6	100,50	356,86	2,54	0,36	5,17	120,99

Зав.Производством

Бузакова Н.А.

Директор МАОУ СОШ №1

Кузнецова О.В.

1-4 классы

5-11 классы																			
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 120,99 р																		
	Огурец солёный	25	0,54	0,00	0,00	0,10	2,50	10,80	1,00	2,10	2,00	1,20	4,20		3,00	0,60	2,10	12,00	15,00
	Плов из мяса свинины(рис кр. куркум)	250	13,00	10,31	12,76	6,98	27,00	376,00	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	35,29	75,35	0,38	0,04	0,21	96,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	Итого за прием	535	17,82	10,37	14,55	8,85	68,51	542,58	142,24	38,52	222,07	3,31	70,33	35,53	79,65	2,29	2,28	12,21	120,99
	ОБЕД 153,89 р																		Цена
	Суп - лапша с курицей	275	7,98	0,03	6,17	0,47	41,12	251,15	17,83	22,14	57,69	0,89	17,7	1059,2	249,9	0,37	0,09	7,4	40,00
	Котлета куриная (тушка)	100	10,00	5,00	12,00	3,74	4,62	187,00	47,04	24,64	154,71	0,62	30	3,84	30,72	2,83	0,14	0,89	76,00
3/3	Капуста тушеная	180	5,00	0,83	6,90	0,62	25,00	200,00	47,21	34,31	101,15	1,27	17,64	41,18	37,56	0,21	0,14	12,45	22,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	70,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	3,89
	Итого за прием	890	26,91	5,92	26,78	6,50	112,64	803,01	223,99	102,41	362,78	4,24	66,14	1104,46	319,48	4,72	0,65	25,78	153,89
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																		
	Пудинг творожный со сгущенным молоком	190/25	18,41	17,43	12,33	0,13	16,26	253,58	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	35,29	75,35	0,38	0,04	0,21	93,00
	Масло сливочное порционно	10,00	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	13,62	49,04	3,12	0,06	0,13	12,00
	Кисель	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	53,2	6,09	39,15	0,08	6	4	11	0	0,01	0,26	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	Итого за прием	475	25,76	19,94	19,97	3,90	73,09	593,27	263,78	56,39	375,09	2,92	99,82	53,15	136,69	4,81	0,25	0,60	120,99

[illegible]

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.Д.



1-4 классы

№		Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг		С,мг
		ЗАВТРАК 109,64 р.																		
62/3		Омлет натуральный 180/5	185	9,60	8,60	13,63	0,00	23,56	197,59	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	52,4	221,17	0,55	0,05	0,03	81,00
14/10		Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
		Кондитерское изделие	30,00	3,60	1,20	3,80	5,80	13,85	128,00	27	3	74	0,6	14	13,62	17	3,12	0,06	0,1	20,00
7/1		Хлеб витаминизированный	30,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2		Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
		Итого за прием	465	17,48	9,86	19,22	7,57	76,42	481,37	93,22	30,18	254,75	3,58	101,64	66,26	239,47	4,98	0,25	0,15	109,64
		ОБЕД 136,60 р.																		
5/2		Борщ со свежей капусты со сметаной	250	2,12	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	37,64	35,99	53,43	2,41	9,37	1041,7	232,65	2,52	0,04	6,24	25,00
9/6		Огурец соленый	25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,03	3,98	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	9	14,1	0,06	0,02	0,3	15,00
4/8		Жаркое по домашнему	220	16,93	11,95	19,13	0,61	41,84	437,00	19,57	54,69	217,12	2,16	31,86	1777	423,27	0,82	0,36	2,19	83,00
пром		Напиток из шиповника	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	10,00
7/1		Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2		Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,60
		Итого за прием	735	23,18	12,36	27,54	7,68	102,13	803,57	172,94	121,22	385,48	6,46	54,58	2827,86	671,32	4,71	0,57	8,73	136,60
		УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,64 р.																		
1122		Фрикадельки куриные из мяса птицы	90	16,55	16,55	11,32	0,00	11,12	191,23	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	43,2	102,04	0,79	0,07	1,16	73,00
16/4		Каша гречневая вязкая	150	9,28	0,03	6,70	2,74	19,14	173,98	13,54	125,81	188,51	4,23	22,3	24,47	42,8	0,73	0,19	0	16,00
-		Масло сливочное порционно	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	13,38	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00
		Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	5,00
7/1		Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2		Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
		Итого за прием	490	30,34	17,02	24,03	4,41	75,78	574,47	72,09	184,23	446,07	32,51	78,45	81,29	154,94	14,73	1,31	1,85	109,64
№		Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг		С,мг
		ЗАВТРАК 120,99 р																		
62/3		Омлет натуральный 200/5	205	12,00	11,00	21,40	0,00	31,67	246,99	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	52,4	221,17	0,55	0,05	0,05	89,00
14/10		Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
		Кондитерское изделие	30,00	3,60	1,20	3,80	5,80	13,85	128,00	27	3	74	0,6	14	13,62	17	3,12	0,06	0,1	20,00
7/1		Хлеб витаминизированный	50,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2		Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,99
		Итого за прием	515	17,52	12,37	20,98	2,46	67,95	533,09	125,12	73,98	240,46	3,32	93,45	176,54	253,47	2,25	0,22	10,31	120,99
		ОБЕД 153,89 р																		
5/2		Борщ со свежей капусты со сметаной 250/10	250/10	2,12	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	37,64	35,99	53,43	2,41	9,37	1041,7	232,65	2,52	0,04	6,24	25,00
9/6		Огурец соленый	30,00	0,00	0,00	0,00	0,00	16,65	95,22	92,1	10,2	65,7	0,06	12,6	9	14,1	0,06	0,02	0,3	20,00
4/8		Жаркое по домашнему	250	15,32	11,95	31,47	0,61	41,84	522,58	19,57	54,69	217,12	2,16	31,86	1777	423,27	0,82	0,36	2,19	93,00
пром		Напиток из шиповника	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	10,00
7/1		Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2		Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,89
		Итого за прием	829	28,44	18,01	24,45	12,52	115,66	811,92	179,65	131,66	412,55	9,17	65,07	1113,8	314,31	7,96	0,51	65,81	153,89
		УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																		
1122		Фрикадельки куриные из мяса птицы	100	18,65	18,65	12,01	0,00	11,98	201,00	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	43,2	102,04	0,79	0,07	1,16	77,00
16/4		Каша гречневая вязкая	180	9,28	0,03	6,70	2,74	22,14	273,13	13,54	125,81	188,51	4,23	22,3	24,47	42,8	0,73	0,19	0	18,00
-		Масло сливочное порционно	15,00	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	13,38	8,8	11,9	0,9	0,69	17,00
		Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	5,00
7/1		Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2		Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
		Итого за прием	535	19,98	9,19	19,54	4,52	69,96	551,90	373,15	110,11	419,81	4,16	77,18	72,99	122,46	1,64	0,33	1,02	120,99
		Зам. зав. производством:																		
		Директор МАОУ СОШ № 1																		

Бузакова Н.А.

Кузнецова О.В.

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО
"ОЛЕС" Васьков Е.П.



1-4 классы

1-4 классы		Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины ¹						Цена
№	Наименование блюда		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг	
	ЗАВТРАК 109,64 р.																		
2/4	Каша молочная гречневая с маслом сливочным 200/10	210	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	13,38	10,15	24,46	1,06	2,68	40,00
	Чай с сахаром	200	2,78	0,00	3,00	0,01	10,40	124,00	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
5/13	Сыр порционно	15,00	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,009	39,6	39,8	0,006	0	0	0,006	20,00
	Яблоко свежее	200,00	3,95	3,95	3,99	0,00	15,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	0	35,7	0,06	0	0,11	38,00
7	Батон витаминизированный	40	2,00	0,00	1,00	1,20	12,00	49,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,64
	Итого за прием	685	25,74	16,24	26,22	3,81	83,78	590,06	527,25	68,70	246,87	122,86	72,46	53,42	47,16	25,83	1,20	2,80	109,64
	ОБЕД 136,60 р.																		Цена
15/2	Суп из разных овощей со сметаной	250	2,07	0,27	6,19	5,47	8,56	121,67	28,1	20,24	51,89	0,72	6,24	1032,1	225,21	2,47	0,07	8,86	25,00
	Котлета "Домашняя"	90	12,58	9,22	11,12	1,16	11,65	189,19	30,59	17,95	103,4	1,45	15,57	447,42	128,52	0,988	0,04	4,425	71,00
60/3	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	41,56	202,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	26,00
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,60
	Итого за прием	730	23,32	9,58	24,07	9,02	100,78	705,15	76,72	79,21	279,38	4,19	53,54	1497,72	389,31	5,03	0,29	9,29	136,60
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,64 р.																		
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 200/10	210	6,11	3,23	7,69	2,13	33,12	236,90	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	13,38	10,15	24,46	1,06	2,68	45,00
5/13	Сыр порционно	25,00	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	25,5	39,8	0,06	0	0,06	30,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
5/13	Яблоко свежее	150	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	29,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	1,64
	Итого за прием	605	19,49	12,23	21,09	4,23	74,55	517,51	523,14	66,06	231,64	122,28	71,71	64,38	85,65	25,26	1,12	2,85	109,64

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	P _Э ,мкг	T _Э ,мг	B1,мг	C,мг		
	ЗАВТРАК 120,99 р																			
	Каша молочная гречневая с маслом сливочным 200/10	210	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	13,38	10,15	24,46	1,06	2,68	40,00	
2/4	Сыр порционно	25,00	9	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	0	39,8	0,06	0	0,06	30,00	
-	Чай с сахаром	200	2,78	0,00	3,00	0,01	10,40	124,00	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00	
	Яблоко свежее	200,00	3,95	3,95	3,99	0,00	15,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	38,00	
7	Батон	50,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,49	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	7,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99	
*	Итого за прием	685	25,97	16,18	25,91	3,34	86,99	582,39	523,14	66,06	231,64	122,28	71,71	38,88	85,65	25,26	1,12	2,85	120,99	
	ОБЕД 153,89 р																			
																			Цена	
15/2	Суп из разных овощей со сметаной	250	2,07	0,27	6,19	5,47	8,56	121,67	28,1	20,24	51,89	0,72	6,24	1032,1	225,21	2,47	0,07	8,86	25,00	
	Котлета "Домашняя"	100	16,10	9,22	13,00	1,16	11,65	191,00	30,59	17,95	103,4	1,45	15,57	447,42	128,52	0,988	0,04	4,425	80,00	
60/3	Пюре картофельное	180	5,20	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	32,00	
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	11,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	40,00	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	4,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,89	
	Итого за прием	904	27,65	9,58	26,70	9,02	103,75	760,05	76,72	79,21	279,38	4,19	53,54	1497,72	389,31	5,03	0,29	9,29	153,89	
	УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 120,99 р.																			
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200/10	97,91	8,52	7,70	4,64	1,70	8,24	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	13,38	10,15	24,46	1,06	2,68	40,00	
5/13	Сыр порционно	25,00	10,10	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	35,00	
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00	
5/13	Яблоко свежее	190	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	36,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	40,00	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	4,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99	
	Итого за прием	627	19,98	9,19	19,54	4,52	69,96	551,90	373,15	110,11	419,81	4,16	77,18	72,99	122,46	1,64	0,33	1,02	120,99	
	Зам. зав. производством:																			
	Директор МАОУ СОШ № 1																			

Бузакова Н.А.

Кузнецова О.В.