

МБОУ СОШ П. Таежный

Столовая

0330502

У

Утверждаю:

Директор

(должность)

Герасимова А.В.

(расшифровка росписи)



Меню горячих завтраков вариант №1

| | Наименование Блюда 1 день | 1-4 класс | | 5-11 класс | | |
|---------|---------------------------------|-----------------|----------------|--------------------|----------------|--------------------|
| | | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | № рецептур ы |
| Завтрак | Бутерброд горячий с сыром | 20/5/10 | 112 | 20/5/10 | 112 | 10-2004 |
| | Каша ячневая с маслом | 200/5 | 212 | 200/5 | 212 | 311-2004 |
| | Чай с сахаром | 200 | 61 | 200 | 61 | 685-2004 |
| | Яйца варёные | 40 | 58 | 40 | 58 | 300-2013 |
| | Фрукт | 150 | 89 | 150 | 89 | 458-2006 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 39 | 20 | 39 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 41 | 20 | 41 | |
| Завтрак | Наименование Блюда 2 день | | | | | |
| | Бутерброд с сыром | 20/15 | 83 | 20/20 | 107 | 3-2004 |
| | Котлета рыбная запечённая | 90 | 158 | 100 | 176 | 388-2004 |
| | Пюре картофельное | 150 | 147 | 180 | 176 | 520-2004 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 62 | 200/7 | 62 | 686-2004 |
| | Фрукт | 100 | 59 | 100 | 59 | 458-2006 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 41 | 20 | 41 | |

МЕНЮ №1

| | Наименование Блюда 3 день | 1-4 класс | | 5-11 класс | | |
|---------|---|-----------------|----------------|--------------------|----------------|---------------------|
| | | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | № рецептур ы |
| Завтрак | Бутерброд с маслом | 30/10 | 134 | 30/10 | 134 | 1-2004 |
| | Запеканка «Царская» из творог со сгущённым молоком | 180/20 | 305 | 200/20 | 380 | 10/5-2011 |
| | Чай со смородиной и сахаром | 200 | 50 | 200 | 50 | 54-6-2020 |
| | Фрукт | 100 | 59 | 100 | 59 | 458-2006 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Завтрак | Наименование Блюда 4 день | | | | | |
| | Бутерброд с джемом | 20/20 | 97 | 20/20 | 97 | 2-2004 |
| | Омлет натуральный с маслом и икрой морковной | 150/5/30 | 243 | 165/5/30 | 266 | 284-1996 78-2004 |
| | Кофейный напиток | 200 | 91 | 200 | 91 | 690-2004 |
| | Йогурт молочный в индивидуальной упаковке | 110 | 30 | 110 | 30 | |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 39 | 20 | 39 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 41 | 20 | 41 | |
| | | | | | | |

МЕНЮ №1

| | Наименование Блюда 5 день | 1-4 класс | | 5-11 класс | | |
|---------|---------------------------------|-----------------|----------------|--------------------|----------------|--------------------|
| | | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | № рецептур ы |
| Завтрак | Жаркое из птицы | 200 | 257 | 250 | 344 | 448-1996 |
| | Овощи натуральные(помидоры) | 20 | 4 | 20 | 4 | 106-2013 |
| | Чай с сахаром | 200 | 61 | 200 | 61 | 685-2004 |
| | Фрукт | 130 | 87 | 130 | 87 | 458-2006 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 39 | 20 | 39 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 41 | 20 | 41 | |
| Завтрак | Наименование Блюда 6 день | | | | | |
| | Бутерброд с сыром | 20/15 | 83 | 20/20 | 107 | 3-2004 |
| | Яйца варёные | 40 | 58 | 40 | 58 | 300-2013 |
| | Каша манная вязкая с маслом | 200/5 | 247 | 200/5 | 247 | 250-2013 |
| | Шоколадный напиток «Несквик» | 200 | 112 | 200 | 112 | 621-2013 |
| | Фрукт | 100 | 25 | 100 | 25 | 458-2006 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 39 | 20 | 39 | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

МЕНЮ №1

| Наименование Блюда 7 день | | 1-4 класс | | 5-11 класс | | |
|--|--|-----------------|----------------|--------------------|----------------|--------------------|
| | | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | № рецептур ы |
| Завтрак | Бутерброд горячий сыром | 20/5/10 | 112 | 20/5/10 | 112 | 10-2004 |
| | Биточки рыбные | 90 | 204 | 100 | 236 | 345-2013 |
| | Пюре картофельное | 150 | 147 | 180 | 176 | 520-2004 |
| | Овощи натуральные(помидоры) | 30 | 6 | 30 | 6 | 106-2013 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 62 | 200/7 | 62 | 686-2004 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 41 | 20 | 41 | |
| | | | | | | |
| Завтрак | Наименование Блюда 8 день | | | | | |
| | Овощи свежие (огурцы) | 20 | 4 | 20 | 4 | 15/1/2011 |
| | Гречка по- купечески с мясом (свинина) | 200 | 299 | 250 | 360 | 4/8-2011 |
| | Чай с сахаром | 200 | 61 | 200 | 61 | 685-2004 |
| | Фрукт | 100 | 59 | 100 | 59 | 458-2006 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 39 | 20 | 39 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 41 | 20 | 41 | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

МЕНЮ №1

| | Наименование Блюда 9 день | 1-4 класс | | 5-11 класс | | |
|---------|---|-----------------|----------------|--------------------|----------------|--------------------|
| | | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | Вес блюда гр | Кал-ть Ккал | № рецептур ы |
| Завтрак | Бутерброд с маслом | 30/10 | 134 | 30/10 | 134 | 1-2004 |
| | Запеканка «Царская» со сгущённым молоком | 180/20 | 305 | 200/20 | 380 | 10/5-2011 |
| | Чай со смородиной и сахаром | 200 | 50 | 200 | 50 | 54-6-2020 |
| | Фрукт | 150 | 89 | 150 | 89 | 458-2006 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Завтрак | Наименование Блюда 10 день | | | | | |
| | Плов из птицы | 200 | 25 | 200 | 295 | 443-2004 |
| | Овощи натуральные(помидоры) | 20 | 4 | 20 | 4 | 106-2013 |
| | Кофейный напиток | 200 | 91 | 200 | 91 | 690-2004 |
| | Фрукт | 130 | 87 | 130 | 87 | 458-2006 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 39 | 20 | 39 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 41 | 20 | 41 | |
| | | | | | | |