



"Согласовано"

Директор \_\_\_\_\_

/Деречинникова Е.А./

СОШ

ТавдалПродукт

/Г.В.Яковлева/

"Удмуртская Республика" Директор ООО



ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ДМК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

**2 День**

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Наименование блюда	Выход	Химический состав											
		Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г			ЭЦ, ккал	Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал						
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>																			
Бутерброд с сыром	20/15	13,26	5,3	3,7	7,2	83	Бутерброд с сыром	20/15	16,76	5,7	6,2	7,2	107	59,43	16,2	15,1	0,7	204	
Котлета рыбная запеченная	90	36,75	9,3	8,3	11,6	158	Котлета рыбная запеченная	100	40,59	5,2	11,3	23,0	215	19,24	5,2	11,3	23,0	215	
Пиоре картофельное	150	16,08	3,3	4,4	23,5	147	Пиоре картофельное	180	10,3	0,5	0,0	34,0	138	10,3	0,5	0,0	34,0	138	
Кофейный напиток	200	10,81	2,3	2,5	14,8	91	Кофейный напиток	200	3,36	3	1	24	117	3,36	3	1	24	117	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,8	1,5	4,5	41	Хлеб пшеничный	60	2,24	2	0	18	81	2,24	2	0	18	81	
Хлеб ржаной	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81	2,24	2	0	18	81	
Йогурт	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39	Йогурт	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39	30,8	1,8	1,5	4,5	39	
<b>Итого</b>		109,93902	22,7	20,5	71,0	559	<b>Итого</b>		12,49	0,7	0,1	1,9	11	12,49	0,7	0,1	1,9	11	
<b>Завтрак 5-11 кл</b>																			
Бутерброд с сыром	20/15	16,76	5,7	6,2	7,2	107	Боро или тудлка запеченные домашние	100	59,43	16,2	15,1	0,7	204	59,43	16,2	15,1	0,7	204	
Котлета рыбная запеченная	100	40,59	10,3	9,3	12,9	176	Рагу из овощей	180	19,24	5,2	11,3	23,0	215	19,24	5,2	11,3	23,0	215	
Пиоре картофельное	180	18,39	3,9	5,9	26,7	176	Сок	200	10,3	0,5	0,0	34,0	138	10,3	0,5	0,0	34,0	138	
Кофейный напиток	200	10,81	2,3	2,5	14,8	91	Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117	3,36	3	1	24	117	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,8	1,5	4,5	41	Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81	2,24	2	0	18	81	
Хлеб ржаной	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	<b>ИТОГО:</b>		243,186	55	58	194	1514	243,186	55	58	194	1514	
Йогурт	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39													
<b>Итого</b>		119,58566	25,0	26,0	76,0	629													
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>																			
Булочка с повидлом	20/15	29,4																	
Кофейный напиток	200	10,81																	
<b>Итого</b>		40,21																	
<b>Дополнительное питание</b>																			
Борш с капустой и картофелем со сметаной	250/5	59,43																	
<b>Итого</b>		59,43																	

повар \_\_\_\_\_ Градкова Г.Ю.



"Согласовано"  
 директор \_\_\_\_\_ /Деречинникова Е.А./ СОШ

"Утверждено"  
 директор ООО ТавдалПродукт  
 И.В.Яковлева /



ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ПК/3590-20/93\_94 от 01.02.2021г.

4 день

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Химический состав				Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав			
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													
Бутерброд с маслом	30/5	12,53	2,3	7,4	14,5	134	Бутерброд с маслом	30/5	12,53	2,3	7,4	14,5	134
Запеканка "Царская" из творога с молоком стуженым	180/20	80,5	15,5	12,9	31,7	305	Запеканка "Царская" из творога с молоком стуженым	200/20	85,52	18,5	14,4	44,0	380
Чай "Витаминный"	200	5,06	0,7	0,1	19,8	83	Чай "Витаминный"	200	5,06	0,7	0,1	19,8	83
Фрукт	100	15,4	0,4	0	14,4	59	Фрукт	100	15,4	0,4	0	14,4	59
Итого		113,49	18,9	20,4	80,4	581							
<b>Завтрак 5-11 кл</b>													
Бутерброд с маслом	30/5	12,53	2,3	7,4	14,5	134	Обед						
Запеканка "Царская" из творога с молоком стуженым	200/20	85,52	18,5	14,4	44,0	380	Салат из моркови	100	8,73	1,1	5,0	9,1	86
Чай "Витаминный"	200	5,06	0,7	0,1	19,8	83	Свекольник со сметаной	250/5	17,4	2,5	4,9	16,2	119
Фрукт	100	15,4	0,4	0	14,4	59	Печень, тушенная в соусе	120	70,63	10,5	9,9	5,5	153
Итого		118,51	21,9	21,9	92,7	656	Макаронные изделия отварные	180	10,54	3,8	3,4	41,1	210
							Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117
							Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81
							Компот из свежих плодов	200	9,03	0,2	0	20,6	83,2
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>													
Булочка "Домашняя"	100	28					ИТОГО:	240,44	45,0	46,0	227,0	1505	
Чай "Витаминный"	200	5,06											
<b>Дополнительное питание</b>													
Свекольник со сметаной	250/5	17,40											
<b>Итого</b>													
Итого		33,06											
<b>повар</b> _____ Градкова Г.Ю.													





"Согласовано"

Директор

/Деречинникова Е.А./

СОШ

ТавдаПродукт

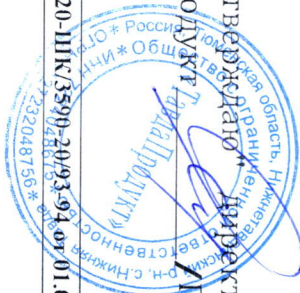
"Утверждено" Директор ООО

М.В.Яковлева/

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-94.09/01.02.2021г.

7 День

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					наименование блюда	выход	цена	Химический состав				
		белки, г	жиры, г	угл. г	ЭЦ, ккал	Белки, г				Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>														
Бутерброд с сыром	20/15	13,25	10,3	9,9	3,8	146	Бутерброд с сыром	20/20	16,75	20,9	24,3	90,1	663	
Мясо тушеное	100	47,36	3,2	2,8	34,3	175	Мясо тушеное	100	52,04	5,7	6,2	7,2	107	
Макаронные изделия отварные	150	7,36	1,0	0,3	8,1	39	Макаронные изделия отварные	180	8,67	10,3	9,9	7,2	164	
Хлеб пшеничный	20	1,12	0,2	0,0	11,0	45	Хлеб пшеничный	180	5,58	15,7	17,9	20,1	164	
Сок	200	10,8	1,0	0,0	6,0	25	Сок	200	81,73	0,7	0,0	23,9	353	
Фрукт	180	17,85	0,1	0,2	5,7	25	Фрукт	180	3,36	3	1	24	117	
Итого	97,74	5,3	3,7	7,2	83		Итого:	40	2,24	2	0	18	81	
<b>Завтрак 5-11 кл</b>														
Бутерброд с сыром	20/20	16,75	5,7	6,2	7,2	107	Икра кабачковая промышленного производства	100	14,78	1,4	4,5	5,5	68	
Мясо тушеное	100	52,04	10,3	9,9	3,8	146	Суп с крупой с курицей	250/10	21,3	6,5	6,4	20,1	164	
Макаронные изделия отварные	180	8,67	3,8	3,4	41,1	210	Жаркое по-домашнему	200	81,73	15,7	17,9	32,3	353	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Компот из сухофруктов	200	5,58	0,7	0,0	23,9	98	
Сок	200	10,8	0,2	0,0	11,0	45	Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117	
Фрукт	180	17,85	1,0	0,0	6,0	25	Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81	
Итого	107,23	20,9	24,3	90,1	663		Итого:	236,22	50	54	214	1544		
<b>ЭКСПЕРС ПИТАНИЕ</b>														
Булочка с повидлом	100	29,4												
Сок	200	10,8												
<b>Итого</b>														
<b>Дополнительное питание</b>														
Суп из овощей с курицей,со сметаной	250/10/4	21,30												
<b>повар</b> Градкова Г.Ю.														



"Согласовано"

директор \_\_\_\_\_

СОШ \_\_\_\_\_

/Деречинникова Е.А./

"Утверждено" директор ООО  
ТавдаПродукт  
А.В.Яковлева /

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ПК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

8 День

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													
Фрикасе из птицы	90	69,94	14,5	14,8	0,6	194	Фрикасе из птицы	100	77,43	27,4	31,0	73,0	680
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	150	20,51	2,7	5,8	31,6	189	Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	23,7	3,2	7,7	37,9	234
Конфита шок.	17	7,11	0,4	0,5	5,4	28	Конфита шок.	17	7,11	0,4	0,5	5,4	28
Хлеб пшеничный	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб пшеничный	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41
Йогурт молочный	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39	Йогурт молочный	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39
Чай с молоком	200	9,47	2,8	2,5	15,1	94	Чай с молоком	200	9,48	2,8	2,5	15,1	94
<b>Итого</b>		<b>138,95</b>	<b>22,9</b>	<b>25,2</b>	<b>66,6</b>	<b>585,1</b>							
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													
Фрикасе из птицы	100	77,43	18,5	18,7	0,7	245	Овощи натуральные(помидоры)	100	8,57	1,1	0,1	3,8	21
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	23,7	3,2	7,7	37,9	234	Борщ "Сибирский" со сметаной	250/5	17,45	3,5	4,7	18,0	128
Конфита шок.	17	7,11	0,4	0,5	5,4	28	Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	57,38	23,8	18,8	5,1	285
Хлеб пшеничный	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Проре картофельное	180	14,06	3,9	5,9	26,7	175,5
Йогурт молочный	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39	Сок	200	10,8	0,4	0	22	90
Чай с молоком	200	9,48	2,8	2,5	15,1	94	Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117
<b>Итого</b>		<b>149,64</b>	<b>27,4</b>	<b>31,0</b>	<b>73,0</b>	<b>680</b>	Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>													
Булочка	100	28					<b>ИТОГО:</b>		<b>263,50</b>	<b>65</b>	<b>62</b>	<b>190</b>	<b>1576</b>
Чай с молоком	200	9,48											
<b>Итого</b>		<b>37,48</b>											
<b>Дополнительное питание</b>													
Борщ "Сибирский" со сметаной	250/5	17,45											
повар _____	Градкова Г.Ю.												





"Согласовано"

директор \_\_\_\_\_

СОШ

/Деречинникова Е.А./

"Утверждено" директор ООО  
ТавдаПродукт  
/Г.В.Яковлева/

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

9 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					наименование блюда	выход	цена	Химический состав				
		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Д.С. ккал	цена				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Д.С. ккал	
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>														
Бутерброд с маслом	30/10	12,51	2,3	7,4	14,5	134	Бутерброд с маслом	30/10	12,51	19,2	19,3	7,4	14,5	134
Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком стуженым	180/20	83,4898	13,5	10,8	31,2	276	Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком стуженым	200/20	92,4696	16,3	11,9	34,3	310	
Чай с сахаром	200	2,74	0,2	0,0	15,0	61	Чай с сахаром	200	3,49	0,2	0,0	15,0	61	
Фрукт(яблоко)	100	11,9	0,4	0,0	14,4	59	Фрукт(яблоко)	100	11,9	0,4	0,0	14,4	59	
<b>Итого</b>		<b>110,64</b>	<b>16,4</b>	<b>18,2</b>	<b>75,1</b>	<b>530,2</b>								
<b>Завтрак 5-11 кл</b>														
Бутерброд с маслом	30/10	12,51	2,3	7,4	14,5	134	Обед							
Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком стуженым	200/20	92,4696	16,3	11,9	34,3	310	Салат из моркови и яблок	100	10,01	0,9	5,2	9,3	88	
Чай с сахаром	200	3,49	0,2	0,0	15,0	61	Пи из свежей капусты с картофелем,с курицей,со сметаной	250/10/5	24,54	5,8	6,5	12,0	130	
Фрукт(яблоко)	100	11,9	0,4	0,0	14,4	59	Печень говяжья - по строгановски	120	73,38	14,3	12,9	4,4	191	
<b>Итого</b>		<b>120,37</b>	<b>19,2</b>	<b>19,3</b>	<b>78</b>	<b>563</b>	Макаронные изделия отварные	180	8,66	3,8	3,4	41,1	210	
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>														
Булочка с повидлом	100	29,4					Компот из курати	200	8,08	0,9	0,0	31,3	129	
Чай с сахаром	200	3,49					Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117	
<b>Итого</b>		<b>32,89</b>					Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81	
<b>Дополнительное питание</b>														
Пи из свежей капусты с картофелем,с курицей,со сметаной	250/10/5	24,54					<b>Итого:</b>	<b>250,64</b>	<b>50</b>	<b>49</b>	<b>218</b>	<b>1508</b>		
<b>повар _____ Градкова Г.Ю.</b>														



ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ЦК/3590-20/93/94 от 01.02.2021г.

10 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав				
		Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г				ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													
Овощи свежие(огурцы)	60	8,3	0,5	0,1	1,0	7	Овощи свежие(огурцы)	100	13,74	22,6	19,4	80,0	584
Быточки рыбные	90	38,66	14,0	11,6	13,0	212	Быточки рыбные	100	43,03	0,8	0,1	1,6	11
Пюре картофельное	150	11,36	3,3	4,4	23,5	147	Пюре картофельное	180	14,61	15,5	12,9	14,4	236
Чай "Витаминный"	200	7,54	0,7	0,1	19,8	83	Чай "Витаминный"	200	8,29	3,9	5,9	26,7	176
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	60	3,36	0,7	0,1	19,8	83
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	40	2,24	1,0	0,3	8,1	39
Итого	68,10	68,10	20,2	16,6	74,8	529	Итого	249,36	53	55	201	1515	
<b>Завтрак 5-11 кл</b>													
Овощи свежие(огурцы)	100	13,74	0,8	0,1	1,6	11	Салат из свежих с сыром	100	23,04	6	13	8	171
Быточки рыбные	100	43,03	15,5	12,9	14,4	236	Рассольник с мясом,со сметаной	250/10/5	31	4,1	5,2	12,5	113
Пюре картофельное	180	14,61	3,9	5,9	26,7	176	Гречка по-купечески с мясом	250	87,22	15,3	16,4	37,7	360
Чай "Витаминный"	200	8,29	0,7	0,1	19,8	83	Кисель	200	20,6	0,3	0,2	21,5	89
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81
Итого	81,91	81,91	22,6	19,4	80,0	584	Итого:	249,36	53	55	201	1515	
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>													
Булочка	100	28											
Чай "Витаминный"	200	8,29											
<b>Дополнительное питание</b>													
Итого	36,29												
<b>Рассольник с мясом,со сметаной</b>													
повар _____	250/10/5	31,00											
	Градкова Г.Ю.												



«Согласовано»  
 директор \_\_\_\_\_ /Деречинникова Е.А./ СОШ

«Утверждено» Директор ООО  
 ТавдалПороду /Г.В.Яковлева/

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ЩК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

11 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Выход	цена	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>											
Бутерброд с сыром	20/15	13,25	5,3	3,7	7,2	83	16,75	16,8	86,4	563	
Каша рисовая жидкая	200	27,45	6,4	7,2	27,0	198	27,45	6,2	7,2	107	
Кофейный напиток	200	12,84	2,3	2,5	14,8	91	12,84	2,3	2,5	107	
Фрукты(яблоко)	130	16,35	0,6	0,5	19,9	87	12,84	2,3	2,5	198	
Хлеб пшеничный	4	1,12	1,0	0,3	8,1	39	16,35	0,6	0,5	87	
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	1,12	1,0	0,3	39	
Итого		72,131	16,3	14,3	86,4	539	1,12	0,7	0,1	41	
<b>Завтрак 5-11 кл</b>											
Бутерброд с сыром	20/20	16,75	5,7	6,2	7,2	107	16,75	5,7	6,2	7,2	
Каша рисовая жидкая	200/5	27,45	6,4	7,2	27,0	198	27,45	6,4	7,2	27,0	
Кофейный напиток	200	12,84	2,3	2,5	14,8	91	12,84	2,3	2,5	14,8	
Фрукты(яблоко)	130	16,35	0,6	0,5	19,9	87	16,35	0,6	0,5	19,9	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	1,12	1,0	0,3	8,1	
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	1,12	0,7	0,1	9,4	
Итого		75,631	16,7	16,8	86,4	563	1,12	0,7	0,1	9,4	
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>											
Булочка	100	28									
Кофейный напиток	200	12,84									
Итого		40,84									
<b>Дополнительное питание</b>											
Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	250/5	14,62									
повар _____	Градкова Г.Ю.										



"Согласовано"

директор \_\_\_\_\_

СОШ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/Деречинникова Е.А./

ТавдаПродукт

\_\_\_\_\_/Г.В.Яковлева/

"Утверждено" директор ООО

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-92 от 01.02.2021г.

12 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Наименование блюда	Выход	цена	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>												
Салат из моркови с изюмом	80	11,13	1,0	0,1	12,8	Салат из моркови с изюмом	80	13,53	19,1	19,1	107,0	675
Гуляш из говядины	100	62,45	9,1	7,5	3,4	Гуляш из говядины	100	62,44	10,8	10,9	18,9	151
Каша гречневая отварная	150	14,77	3,1	6,6	32,0	Каша гречневая	150	7,34	3,8	3,4	41,1	210
Казео с молоком	200	15,53	3,4	3,2	21,2	Казео с молоком	200	10,43	0,2	0,0	22,2	90
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117
Хлеб дарницкий	20	1,12	0,7	0,1	9,4	Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81
<b>Итого</b>	<b>106,12</b>	<b>18,3</b>	<b>17,7</b>	<b>86,9</b>	<b>580</b>	<b>Итого:</b>	<b>227,61</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	<b>245</b>	<b>1572</b>	
<b>Завтрак 5-11 кл</b>												
Салат из моркови с изюмом	100	13,53	1,2	0,1	15,0	Уха ростовская	250/30	34,64	5,5	5,9	18,9	151
Гуляш из говядины	100	62,44	9,1	7,5	3,4	Фрикадельки из кур	100	49,41	10,8	10,9	5,4	163
Каша гречневая отварная	180	18,07	3,7	7,9	50,0	Макаронные изделия отварные	150	7,34	3,8	3,4	41,1	210
Казео с молоком	200	15,52	3,4	3,2	21,2	Напиток из плодов шиповника	200	10,43	0,2	0,0	22,2	90
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117
Хлеб дарницкий	20	1,12	0,7	0,1	9,4	Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81
<b>Итого</b>	<b>111,80</b>	<b>19,1</b>	<b>19,1</b>	<b>107,0</b>	<b>675</b>	<b>Итого:</b>	<b>227,61</b>	<b>46</b>	<b>46</b>	<b>245</b>	<b>1572</b>	
<b>Экспресс питание</b>												
Булочка	10	28										
Казео с молоком	200	15,52										
<b>Итого</b>	<b>43,52</b>											
<b>Дополнительное питание</b>												
Уха ростовская	250/30	34,64										
<b>Итого</b>	<b>34,64</b>											







"Согласовано"

Директор \_\_\_\_\_

СОШ \_\_\_\_\_

/Деречинникова Е.А./

ТавдаПродукт

/Г.В.Яковлева/

"Утверждено" Директор ООО

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

15 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					Наименование блюда	Выход	цена	Химический состав							
		Цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Э.Ккал				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Э.Ккал				
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													<b>ЗАВТРАК</b>				
Биточки дубленные из пшны	90/5	70,39	11,4	15,2	11,2	227	Биточки дубленные из пшны запеченные	100/5	77,76	19,6	21,6	9,3	645				
Рис припущенный	150	10,69	3,7	3,6	29,7	166	Рис припущенный	180	12,93	4,4	4,3	35,0	249				
Чай "Витаминный"	200	7,59	0,7	0,1	19,8	82,9	Чай "Витаминный"	200	8,38	0,7	0,1	19,8	197				
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	0,4	41	Фрукт	100	10,9	0,2	0,3	8,6	38				
Фрукт	100	10,9	0,2	0,3	8,6	38	Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39				
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	0,4	41				
Итого		101,81	16,7	19,3	78,7	555											
<b>Завтрак 5-11 кл</b>							<b>Обед</b>										
Биточки рубленые из птицы запеченные,с маслом	100/5	77,76	12,6	16,5	12,4	249	Овощи свежие(огурцы)	100	14,28	1	0	2	11				
Рис припущенный	180	12,93	4,4	4,3	35,0	197	Суп с крупой с курицей	250/10	21,14	6,5	6,4	20,1	164				
Чай "Витаминный"	200	8,38	0,7	0,1	19,8	82,9	Котлета рыбная запеченная	100	42,74	10,3	9,3	12,9	176				
Фрукт	150	10,9	0,2	0,3	8,6	38	Картофель толченый, по-деревенски	180	17,43	4,9	7,7	33,0	221				
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Компот из свежих плодов	200	6,97	0,2	0,0	20,6	83				
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	0,4	41	Хлеб пшеничный	60	3,36	3	1	24	117				
							Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81				
Итого		112,21	19,6	21,6	93	645	ИТОГО:		220,37	47	46	93	625				
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>																	
Дюгочка	100	28															
Фрукт	150	10,9															
Итого		38,90															
<b>Дополнительное питание</b>																	
Суп с крупой с курицей	250/10	21,14															
повар _____	Градкова Г.Ю.																



Директор \_\_\_\_\_ /СОШ  
 \_\_\_\_\_ /Деречинникова Е.А./

«Утверждено» Директор ООО  
 Тавдал Продукт /Г.В.Яковлева/  
 «Тавдал Продукт»



ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ПК/3590-20/93,94 от 01.02.2021г.

16 День

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав				
		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал					Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>														
Каша манная жидкая с маслом	200/5	24,20	5,1	7,1	28	196	Каша манная жидкая с маслом	200/5	24,20	10,5	15,7	98	575	
Булочка домашняя	50	28	3,8	7,8	41,0	249	Булочка домашняя	50	28	3,8	7,8	41,0	249	
Чай с лимоном и апельсином "Цитрус" заряд"	200/20/10	9,35	0,2	0,0	15,5	63	Чай с лимоном и апельсином "Цитрус" заряд"	200/20/10	9,35	0,2	0,0	15,5	63	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	
Кондитерское изделие промышленного производства	16	28,3899	0,4	0,5	5,4	28	Кондитерское изделие промышленного производства	32	28,39	0,4	0,5	5,4	28	
Итого		91,06	10,5	15,7	98,0	575	Итого		91,06	10,5	15,7	98,0	575	
<b>Завтрак 5-11 кл</b>														
Каша манная жидкая с маслом	200/5	24,20	5,1	7,1	28	196	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	250	7,82	2,4	5,3	10,1	98	
Булочка домашняя	50	28	3,8	7,8	41,0	249	Птица отварная	100	65,53	23,6	17,7	0,7	257	
Чай с лимоном и апельсином "Цитрус" заряд"	200/20/10	9,35	0,2	0,0	15,5	63	Капуста тушеная	180	12,04	3,7	4,7	14,9	117	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Компот из изюма	200	5,81	0,3	0,0	25,5	103	
Кондитерское изделие промышленного производства	32	28,3899	0,4	0,5	5,4	28	Хлеб пшеничный	60	5,36	3	1	24	117	
							Хлеб ржаной	40	2,24	2	0	18	81	
Итого		91,06	10,5	15,7	98	575	Итого:		200,23	47	50	206	1458	
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>														
Булочка с повидлом	20/15	29,4												
Чай с лимоном и апельсином "Цитрус"	200/20/10	9,35												
Итого		38,75												
<b>Дополнительное питание</b>														
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	250	7,82												
Итого		7,82												

повар \_\_\_\_\_ Градкова Г.Ю.



"Согласовано"  
 \_\_\_\_\_ /Деречинникова Е.А./ СОШ

"Утверждаю" директор ООО  
 ТавдаПродукт И.Г.В.Яковлева /



ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ЩК/3590-20/93-94 от 01.02.2021г.

17 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				наименование блюда	выход	цена	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>												
Бутерброд с джемом	20/25	8,75	1,8	0,2	21	93	8,75	24,7	16,1	77	552	
Запеканка из творога с молоком сушеным	180/20	91,92	18,1	12,8	26,1	292	101,4	1,8	0,2	21	93	
Чай с сахаром	200	2,79	0,2	0,0	15	60,8	3,59	19,9	14,1	28,7	321	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	1,12	0,2	0,0	15	60,8	
Хлеб ржаной	20	1,12	1,8	1,5	4,5	39	1,12	1,0	0,3	8,1	39	
Итого		105,70	22,9	14,8	74,7	523	1,12	1,8	1,5	4,5	39	
<b>Завтрак 5-11 кл</b>												
Бутерброд с джемом	20/25	8,75	1,8	0,2	21	93	20,00	31	29	131	910	
Запеканка из творога с молоком сушеным	200/30	101,404	19,9	14,1	28,7	321	11,86	6	10	7	137	
Чай с сахаром	200	3,59	0,2	0,0	15	60,8	45,64	3,1	5,2	17,3	128	
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	12,93	12,8	8,8	7,6	161	
Хлеб ржаной	20	1,12	1,8	1,5	4,5	39	10,8	180/5	4,4	4,3	35,0	
Итого		115,98	24,7	16,1	77	552	180	200	0,4	0,0	22	
<b>Обед</b>												
Салат из моркови с сыром						100	11,86	60	3,36	3	1	24
Фрикадельки рыбные с маслом						100/5	45,64	40	2,24	2	0	18
Рис припущенный						180	12,93	222,81	56	45	208	1463
Сок						200	10,8					
Хлеб пшеничный						60	3,36					
Хлеб ржаной						40	2,24					
<b>ИТОГО:</b>												
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>												
Булочка	100	28										
Чай с сахаром	200	3,59										
<b>Итого</b>												
<b>Дополнительное питание</b>												
Суп крестьянский с крупной со сметаной	250/5	11,86										
<b>Итого</b>												
<b>повар Градкова Г.Ю.</b>												



"СОГЛАСОВАНО"

Директор \_\_\_\_\_

/Деречинникова Е.А./

СОШ

ТавдаПродукт

М.В.Яковлева /

"Утверждено" директор ООО



ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ПМК/5590-20/93-94 от 01.02.2021г.

19 день

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав					Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав							
		Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ДЦ, ккал	цена				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ДЦ, ккал				
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													<b>ЗАВТРАК</b>				
Овощи свежие(огурцы)	60	8,4	0,5	0,1	1,3	8	Овощи свежие(огурцы)	100	8,4	21,4	16,5	94,6	612				
Рыба,запеченная с яйцом	90	46,51	2,5	4,4	32,4	199	Рыба,запеченная с яйцом	100	46,51	14,4	9,9	9,1	183				
Пюре картофельное	150	12,95	3,3	4,4	23,5	147	Пюре картофельное	180	16,52	3,9	5,9	26,7	176				
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39				
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41				
Сок	200	10,9	0,5	0,0	34,0	138	Сок	200	10,9	0,5	0,0	34,0	138				
Фрукт	100	10,8	0,1	0,2	5,7	25	<i>Обед</i>										
Итого	91,80	19,1	14,0	89,9	562	Салат картофельный с кукурузой	100	17,08	4	6	10	111					
<b>Завтрак 5-11 кл</b>													<b>Суп-харчо с мясом</b>				
Овощи свежие(огурцы)	100	8,4	0,7	0,1	1,9	11	Мясо,тушенное с капустой	250/10	28,95	7,4	5,5	22,0	167				
Рыба,запеченная с яйцом	100	46,51	14,4	9,9	9,1	183	Компот из свежих плодов	200	103,62	12,9	22,5	23,0	346				
Пюре картофельное	180	16,52	3,9	5,9	26,7	176	Хлеб пшеничный	60	6,96	0,2	0,0	20,6	83				
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб ржаной	40	3,36	3	1	24	117				
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	<b>ИТОГО:</b>										
Сок	200	10,9	0,5	0,0	34,0	138		257,59	50	52	212	1517					
Фрукт	100	10,8					<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>										
Итого	95,37	21,4	16,5	94,6	612												
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>													<b>Будочка</b>				
Будочка	20/15	13,3															
Сок	200	10,9															
<b>Итого</b>													<b>Дополнительное питание</b>				
		24,20															
<b>Суп-харчо с мясом</b>													<b>повар</b>				
	250/10	28,95															
<b>Градкова Г.Ю.</b>																	

"Согласовано"

Директор \_\_\_\_\_

/Деречинникова Е.А./

СОШ

ТавдаЦРолдукт

/Г.В.Яковлева/

"Утверждено" Директор 000

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ПМК/3590-2019-3-4 от 01.02.2021г.

20 День



Наименование блюда	Выход, г	Цена	Химический состав				Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав			
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал				Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>													
Яйца вареные	40	10,44	5,1	4,6	0,3	63	Яйца вареные	40	10,44	25,1	22,3	81,0	625
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	90	50,9968	11,3	9,8	11,9	181	Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	62,4096	5,1	4,6	0,3	63
Каша гречневая	150	8,58	1,7	4,5	24,3	149	Каша гречневая	180	10,24	14,1	10,3	15,2	210
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Хлеб пшеничный	20	1,12	4,9	7,7	33,0	221
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб ржаной	20	1,12	0,9	0,0	31,3	129
Чай с сахаром	200	3,58	0,2	0,0	15,0	61	Чай с сахаром	200	3,58	0,9	0,0	15,0	61
Йогурт	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39	Йогурт	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39
Итого		106,64	21,8	20,8	73,5	572	Итого		267,06	32	33	125	921
<b>Завтрак 5-11 кл</b>													
Яйца вареные	1 шт	10,44	5,1	4,6	0,3	63	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	22,63	1	5	3	59
Котлеты из говядины и курицы "Школьные"	120	62,4096	14,1	10,3	15,2	210	Печень, тушенная с овощами	120	89,48	7,3	6,1	18,5	158
Каша гречневая	180	10,24	2,0	5,4	29,2	173	Картофель толченный, по-деревенски	180	17,43	14,0	12,9	5,9	196
Хлеб пшеничный	20	1,12	1,0	0,3	8,1	39	Компот из кураги	200	9,3	4,9	7,7	33,0	221
Хлеб ржаной	20	1,12	0,7	0,1	9,4	41	Хлеб пшеничный	60	2,24	0,9	0,0	31,3	129
Чай с сахаром	200	3,58	0,2	0,0	15,0	61	Хлеб ржаной	40	2,24	3	1	24	117
Йогурт	100	30,8	1,8	1,5	4,5	39	Итого:		267,06	2	0	18	81
Итого		119,705	25,1	22,3	81,0	625			57	55	206	1546	
<b>ЭКСПРЕС ПИТАНИЕ</b>													
Булочка с повидлом	20/15	29,4											
Чай с сахаром	200	3,58											
Итого		32,98											
<b>Дополнительное питание</b>													
Суп с макаронными изделиями с курицей	250/10	22,63											
Итого		22,63											
<b>повар _____ Г.раждкова Г.Ю.</b>													