Адволодкина Ирина Михайловна
Директор МБОУ "Средняя школа №41", Удостоверяющий центр: УФК по Камчатскому краю, Серийный номер сертификата: 18c80cb45c345c9db710c8ce3585645426610e97
2021.12.20 01:50:32+12'00'

Утверждаю:

Директор МБОУ "Средняя школ

_____Адволод

<<_____>>_____

Меню приготовляемых блюд
"29 ноября - 03 декабря" 2021г.

Возрастная категория 12 лет и старше.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	

Неделя 49 День 1 29.11.2021

Завтрак	Капуста белокочанная тушеная в томатном соусе	240	3,70	5,64	11,95	177,68
	Колбаса вареная диетическая	120	14,52	16,20	0,00	204,00
	Хлеб пшеничный	40	2,40	0,46	12,04	62,40
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	24,00	79,80
	Круассан с сыром	30	6,00	7,50	4,38	108,69
Итого за завтрак:			**26,62**	**29,80**	**52,37**	**632,57**
Обед	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	300/10	5,76	8,86	16,92	162,72
	Минтай тушеный под маринадом	120	12,41	3,68	2,87	122,16
	Рис отварной рассыпчатый, со сливочным маслом	200	4,94	5,72	52,21	79,02
	Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,55	0,08	20,30	85,23
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,60
	Помидор консервированный	100	1,1	0,1	3,5	20
Итого за обед:			**29,32**	**18,92**	**125,32**	**610,73**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**55,93**	**48,72**	**177,69**	**1243,30**

Неделя 49 День 2 30.11.2021

Завтрак	Каша гречневая молочная	240	12,78	12,96	39,67	332,27
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,00	60,00
	Батон с сыром	65	7,54	3,90	30,55	188,50
	Зефир	30	0,24	0,03	23,94	97,80
	Яблоко	80	1,05	0,30	14,70	67,20
Итого за завтрак:			**21,61**	**17,19**	**123,86**	**745,77**
Обед	Суп с цветной капустой	300	3,00	9,60	3,30	110,40
	Тефтели рыбные	120	16,30	13,28	12,66	198,72
	Салат из свежей капусты с зеленым горошком	100	1,00	7,08	3,24	79,32
	Картофельное пюре	240	5,34	6,34	92,09	201,82
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,50	24,25	116,00
	Сок	200	1,92	0,48	25,44	124,80
	Булочка сдобная	40	3,16	3,76	22,20	135,60
Итого за обед:			**34,47**	**41,04**	**183,18**	**966,66**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**56,08**	**58,23**	**307,04**	**1712,42**

Неделя 49 День 3 01.12.2021

Завтрак	Запеканка творожная со сгущеным молоком	240/10	18,34	20,06	47,52	446,50
	Круассан с сыром	30	6,00	7,50	4,38	108,69
	Какао с молоком	200	3,87	3,80	25,06	151,36
Итого за завтрак:			**28,21**	**31,36**	**76,96**	**706,55**
Обед	Щи со свежей капустой	300/10	5,76	9,00	9,36	103,44
	Шницель из говядины	100	17,28	15,92	12,36	221,04
	Картофель отварной	200	3,85	0,79	31,60	144,76
	Винегрет	120	2,06	8,02	11,21	126,25
	Хлеб ржаной	40	4,08	0,78	23,88	120,60
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вафли	40	1,10	1,30	30,90	142,00

Итого за обед:			**34,13**	**35,81**	**119,31**	**858,09**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**62,34**	**67,17**	**196,27**	**1564,64**

Неделя 49 День 4 02.12.2021

Завтрак	Каша молочная пшенная	240	8,904	10,248	42,684	302,1
	Компот из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,8
	Бифиленд	130	4,42	1,3	5,07	52
	Рулет с повидлом	50	3,384	2,808	24,516	150,72
	Хлеб ржаной с маслом	70	3,24	10,5	16,14	173,28
Итого за завтрак:			**20,63**	**25,14**	**98,07**	**734,90**
Обед	Суп гороховый	300	13,2	7,2	26,7	198
	Гуляш	120	19,764	20,64	3,684	236,64
	Гречка отварная со сливочным маслом	240	10,08	2,64	44,64	242,16
	Огурец консервированный	60	0,78	0,18	3,18	18,6
	Хлеб ржаной	60	4,5	0,6	29,1	139,2
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00
	Мармелад	50	0,05	0,00	39,70	160,50
	Апельсин	100	0,40	0,30	10,30	10,30
Итого за обед:			**48,77**	**31,56**	**157,30**	**1005,40**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**69,40**	**56,70**	**255,37**	**1740,30**

Неделя 49 День 5 03.12.2021

Завтрак	Омлет натуральный	180	20,652	25,14	6,24	292,26
	Чай	200	0	0	0	0
	Мармелад	60	0,06	0	47,64	187,2
	Батон	25	2	0,25	12,28	59,5
	Груша	100	1,26	0,36	17,64	80,64
Итого за завтрак:			**23,97**	**25,75**	**83,80**	**619,60**

Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	300/20	9,78	10,68	9,72	179,76
	Помидоры свежие	120	0,12	0,24	4,56	28,8
	Компот из черной смородины	200	0,14	0,04	27,5	110,8
	Макароны со сливочным маслом	200	6,51	4,27	38,55	209,28
	Тефтели	100	8,472	13,584	9,6	212,556
	Зефир	30	0,24	0,03	23,94	97,80
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	124,80
Итого за обед:			**30,06**	**29,74**	**137,93**	**963,80**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**54,03**	**55,49**	**221,73**	**1583,40**
Среднее значение за период:			**59,56**	**57,26**	**231,62**	**1568,81**

ла № 41"

дкина И.М.

_20____г.

Номер рецептуры
440СР
11.36СР
263СР
640СР
934СР
11.106

33*CP
198*CP
946 CP

30CP
11.53CP
2.28CP
10CP
423CP
9.111CP

548 CP

11.82*CP

12.10*CP

827*CP

588CP

11.35CP

1.43CP
869 CP 05
940CP
848CP