Адволодкина Ирина Михайловна, Директор МБОУ "Средняя школа 41", Удостоверяющий центр: УФК по Камчатскому краю, серийный номер сертификата 7bb821cf42ef5a720386fa7f57e26be5e9f6a294
2022-02-28 12:19:45

Утверждаю:
Директор МБОУ "Средняя школа № 41"
_____Адволодкина И.М.
<<_____>>_____20____г.

Меню приготовляемых блюд

"07-11 февраля 2022г."

Возрастная категория 12 лет и старше.

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

Неделя 6 День 1 07.02.2022

Завтрак	Каша гречневая с вареной сосиской	200/120	8,51	23,14	0,53	257,49	33 СР
	Помидор консервированный	100	1,10	0,10	3,50	20,00	
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80	11.35СР
	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,08	64,75	
	Яблоко	80	0,21	0,14	9,13	41,60	
Итого за завтрак:			**11,95**	**24,20**	**45,24**	**463,64**	
Обед	Суп гречневый	300	10,08	6,58	19,32	167,40	204 СР 05
	Тефтели мясные	120	15,01	15,80	16,76	254,23	286 СР 10
	Хлеб ржаной	25	2,13	0,83	12,08	64,75	
	Капуста белокочанная тушеная в томатном соусе	100	6,16	9,40	19,92	296,14	440СР
	Салат из свеклы	50	0,99	4,14	7,39	103,62	9.59*СР
	Сок	200	0,20	0,26	22,60	92,00	
Итого за обед:			**34,57**	**37,01**	**98,07**	**978,14**	
Полдник							
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	
Итого за день:			**46,51**	**61,21**	**143,30**	**1441,78**	

Неделя 6 День 2 08.02.2022

Завтрак	Запеканка творожная со сгущенным молоком	200/10	15,28	16,72	39,60	372,08	30СР
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Батон	25	2,00	0,25	12,28	59,50	
	Печенье (Канадское)	30	6,60	2,10	0,63	47,70	
Итого за завтрак:			**23,88**	**19,07**	**52,51**	**479,28**	
Обед	Борщ со сметаной	300/1О	26,25	6,39	8,88	106,63	262СР
	Минтай жареный в яйце	120	17,33	10,87	2,98	181,90	208СР
	Пюре морковно-картофельное с молоком и сливочным маслом	200	4,45	5,28	76,74	168,18	946СР
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,25	116,00	
	Огурец консервированный	50	0,65	0,15	2,65	15,50	
	Компот из брусники	200	1,40	1,00	8,10	90,20	859 СР 05
	Кекс	50	3,15	6,75	22,15	161,95	
Итого за обед:			**56,98**	**30,94**	**145,74**	**840,35**	
Полдник							
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	
Итого за день:			**80,86**	**50,01**	**198,25**	**1319,63**	

Неделя 6 День 3 09.02.2022

Завтрак	Омлет	200	20,652	25,14	6,24	292,26	588 СР
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,44	0,3	21,2	82,2	11.35СР
	Батон	200	3	0,375	12,28	119	
	Яблоко	80	4,864	8,072	24,944	186,264	
Итого за завтрак:			**28,96**	**33,89**	**64,66**	**679,72**	
Обед	Суп с фрикадельками	250	8,748	6,84	20,388	178,2	209 СР 05
	Тефтели мясные	120	15,01	15,80	16,76	254,23	286 СР 10
	Макароны	200	6,51	4,27	38,55	209,28	940 СР
	Томат свежий	100	1,14	0,26	5,12	20,71	
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,50	24,25	116,00	
	Компот из черной смородины	200	0,14	0,04	27,50	110,80	869 СР 05

Итого за обед:			**35,30**	**27,71**	**132,57**	**889,22**	
Полдник							
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	
Итого за день:			**64,26**	**61,60**	**197,24**	**1568,95**	

Неделя 6 День 4 10.02.2022

Завтрак	Рис отварной рассыпчатый, со сливочным маслом	250	6,18	7,15	65,26	98,78	934СР
	Котлета рыбная	120	14,7	13,632	8,04	230,76	189СР
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80	
	Печенье Курабье	30	6,60	2,10	0,63	47,70	
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,00	
Итого за завтрак:			**29,38**	**23,08**	**106,23**	**516,04**	
Обед	Свекольник на мясном бульоне	300/10	6,00	9,23	17,63	169,50	263 СР
	Тушеная говяжья печень	120	17,28	17,52	11,88	278,40	850СР
	Картофельное пюре	200	4,45	5,28	76,74	168,18	946 СР
	Хлеб ржаной	200	3,40	0,65	19,90	100,50	
	Компот из сухофруктов с сахаром	50	0,55	0,08	20,30	85,23	
	Банан	70	0,76	0,23	14,16	62,30	
Итого за обед:			**32,44**	**32,99**	**160,61**	**864,11**	
Полдник							
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	
Итого за день:			**61,82**	**56,07**	**266,84**	**1380,15**	

Неделя 6 День 5 11.02.2022

Завтрак	Каша гречневая молочная	250	13,31	13,50	41,33	346,11	33*СР
	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20	959 СР 05
	Пирожок с картошкой и луком	60	3,18	10,74	15,60	172,26	
Итого за завтрак:			**20,01**	**27,96**	**82,42**	**663,57**	
Обед	Суп куриный	250	6,1	6,56	19,4	157,7	307*СР

	Куры запеченые	100	23,04	12,864	0	214,08	
	Капуста тушеная	200	3,08	4,70	9,96	148,07	9.119*СР
	Хлеб ржаной	30	1,77	0,33	13,35	65,10	
	Компот ассорти	200	0,20	0,20	22,30	110,00	859 СР 05
	Зефир	30	0,24	0,03	23,94	97,80	
Итого за обед:			**34,43**	**24,68**	**88,95**	**792,75**	
Полдник							
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	
Итого за день:			**54,44**	**52,64**	**171,37**	**1456,32**	
Среднее значение за период:			**61,58**	**56,31**	**195,40**	**1433,36**	