Адволодкина Ирина Михайловна,
Директор МБОУ "Средняя школа 41",
Удостоверяющий центр: УФК по Камчатскому краю, серийный номер сертификата
7bb821cf42ef5a720386fa7f57e26be5e9f6a294
2022-02-28 10:12:23

Утверждаю:
Директор МБОУ "Средняя шк
_____Адволо
<<_____>>_____

Меню приготовляемых блюд
"14-18" февраля 2022г.

Возрастная категория 12 лет и старше.

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

Неделя 7 День 1 14.02.2022

Завтрак	Рис отварной рассыпчатый, со сливочным маслом	200	4,94	5,72	52,21	79,02
	Колбаса вареная диетическая	120	14,52	16,20	0,00	204,00
	Печенье (Канадское)	30	6,60	2,10	0,63	47,70
	Хлеб пшеничный	25	19,00	0,20	12,30	59,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80
Итого за завтрак:			**45,06**	**24,22**	**85,14**	**469,52**
Обед	Суп гречневый	250	1,00	2,10	11,20	67,20
	Тефтели мясные	120	15,01	15,80	16,76	254,23
	Макароны отварные	200	6,51	4,27	38,55	209,28
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,50	24,25	116,00
	Салат из морской капусты	100	1,81	3,18	5,35	55,42
Итого за обед:			**28,08**	**25,85**	**116,11**	**781,93**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**73,14**	**50,07**	**201,25**	**1251,45**

Неделя 7 День 2 15.02.2022

Завтрак	Каша рисовая молочная	250/10	4,00	5,00	46,00	246,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80
	Слойка с творогом	60	7,20	6,90	13,08	140,52
Итого за завтрак:			**11,20**	**11,90**	**79,08**	**466,32**
Обед	Суп с фрикадельками	300/1О	9,11	7,13	21,24	185,63
	Гуляш	120	28,56	23,42	6,89	243,60
	Капуста белокочанная тушеная в томатном соусе	200	3,08	4,70	9,96	148,07
	Огурец консервированный	50	0,65	0,15	2,65	15,50
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,25	116,00
	Компот из черной смородины	50	0,28	0,08	55,00	221,60
	Апельсин	100	0,40	0,30	10,30	10,30
Итого за обед:			**45,83**	**36,28**	**130,29**	**940,70**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**57,03**	**48,18**	**209,37**	**1407,02**

Неделя 7 День 3 16.02.2022

Завтрак	Макароны с сыром	200	12,2	11,8	50,2	360
	Апельсин	200	0,6	0,45	15,45	15,45
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,66	0,45	21,2	82,2
	Хлеб ржаной	25	2,36	0,44	17,8	86,8
	Яйцо отварное	40	5,16	4,64	0,32	64
Итого за завтрак:			**20,98**	**17,78**	**104,97**	**608,45**
Обед	Рассольник со сметаной	300/20	2,52	6,132	19,908	144,9
	Тефтели мясные	120	15,01	15,80	16,76	254,23
	Рис отварной	200	4,76	0,42	57,18	260,00
	Помидор свежий	150	1,71	0,39	7,68	31,065
	Хлеб ржаной	30	1,77	0,33	13,35	65,10
	Печенье "Ювелирное"	30	2,31	5,52	19,65	137,40
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80
Итого за обед:			**28,08**	**28,60**	**154,53**	**972,50**

Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**49,06**	**46,38**	**259,50**	**1580,95**

Неделя 7 День 4 17.02.2022

Завтрак	Каша молочная пшенная	250	9,28	10,68	44,46	314,69
	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
	Батон с сыром и маслом	40	7,73	10,20	26,70	256,20
	Мандарины	25	0,80	7,20	7,50	38,00
Итого за завтрак:			**21,32**	**31,80**	**104,15**	**754,09**
Обед	Рыбный суп	300	10,76	10,50	17,93	209,06
	Зразы мясные	120	7,44	10,20	19,68	200,52
	Рагу из овощей	200	3,05	14,65	19,23	221,11
	Огурец свежий	100	0,65	0,11	3,63	15,00
	Сок	200	0,20	0,26	22,60	92,00
	Хлеб пшеничный	30	1,88	0,25	12,13	58,00
Итого за обед:			**23,98**	**35,97**	**95,19**	**795,69**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**45,30**	**67,77**	**199,34**	**1549,78**

Неделя 7 День 5 18.02.2022

Завтрак	Запеканка творожная со сметаной	#ЗНАЧ!	19,10	20,90	49,50	465,10
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80
	Круассан с сыром	30	6,00	7,50	4,38	108,69
	Вафли	40	1,10	1,30	30,90	142,00
Итого за завтрак:			**26,20**	**29,70**	**104,78**	**795,59**
Обед	Борщ со сметаной	250/10	21	5,11	7,1	85,3
	Минтай жареный в яйце	120	17,328	10,872	2,976	181,896
	Картофель отварной	200	3,85	0,79	31,60	144,76

	Салат из квашеной капусты	100	1,40	8,10	6,20	101,70
	Компот из вишни	200	1,40	1,00	16,20	90,20
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	24,25	116,00
Итого за обед:			**48,73**	**26,37**	**88,33**	**719,86**
Полдник						
Итого за полдник:			**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**
Итого за день:			**74,93**	**56,07**	**193,11**	**1515,45**
Среднее значение за период:			**59,89**	**53,69**	**212,51**	**1460,93**

ола № 41"

одкина И.М.

__20____г.

Номер рецептуры
934СР
11,36
204 СР 05
286 СР 10
940 СР
11,36
13.47 СР

168 CP 10
943 CP 05
209 CP 05
440CP

688 CP 05
0
197 CP 05
286 CP 10
11,36

548 CP
959 CP 05
87 CP 10
321 CP 05

30CP
11,36
262CP
423CP