

Утве	ерждаю:		
Дир	ектор МБОУ "(	Средняя школа № 4	1"
		Адволодкина I	۸.M
<<	>>	20	г.

## Меню приготовляемых блюд "28 февраля - 05 марта" 2022г.

Возрастная категория 12 лет и старше.

Прием	Наименование блюда	Bec	Вес Пищо блюда		цества	Энергетиче	Номер
пищи	паименование олюда	(гр.)	Белки	Жиры	Углевод ы	. ская ценность	рецептуры
Неделя	9 День 1 28.0	2.2022					
Завтрак	Блины фаршированные	120	1,08	24,84	33,60	198,96	
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	24,00	95,76	943 CP 05
	Яблоко	80	0,21	0,14	9,13	41,60	
Итого за завтрак:			1,29	24,98	66,73	336,32	
Обед	Суп гречневый	300/10	10,08	6,58	19,32	167,40	204 CP 05
	Котлеты мясные	120	15,01	15,80	16,76	254,23	286 CP 10
	Макароны	200	6,51	4,27	38,55	209,28	940 CP
	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	24,15	129,50	
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Мармелад	50	0,01	0,00	79,40	160,50	
	Круассан с маком	30	6,00	7,50	4,38	108,69	
Итого за обед:			35,86	28,30	178,18	920,91	
Полдник							
Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			37,15	53,28	244,91	1257,23	

Неделя 9 День 2 01.03.2022

Завтрак	Каша молочная пшенная	240	8,90	10,25	42,68	302,10	548 CP
	Бифиленд	130	4,42	1,30	5,07	52,00	
	Рулет с повидлом	40	1,24	2,20	23,48	118,40	
	Хлеб ржаной с маслом	55	2,97	9,63	3,63	158,84	
	Компот из шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,80	11.82*CP
Итого за завтрак:			18,21	23,65	84,52	688,14	
Обед	Суп гороховый	300,00	13,75	7,50	27,81	206,25	
	Гуляш из говядины	120	19,76	20,64	3,68	236,64	827*CP
	Пюре морковно-картофельное с молоком и сливочным маслом	200	5,34	6,34	92,09	201,82	946CP
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	100,50	
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	24,00	95,76	11,36
	Печенье "Ювелирное"	30	2,31	5,52	19,65	137,40	
Итого за обед:			44,56	40,65	187,13	978,37	
Полдник							
Итого за			0,00	0,00	0,00	0,00	
полдник: <b>Итого за</b>			Í	,		<u> </u>	
день:			62,78	64,30	271,66	1666,51	
••							
Неделя	9 День 3 02.03	.2022			•		
Завтрак	Капуста тушеная	240	4,44	10,37	55,24	341,64	847 CP 05
	Колбаса вареная диетическая	120	14,52	16,20	0,00	204,00	
	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,38	10,03	52,00	
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80	11,36
	·						
Итого за завтрак:			20,96	26,95	85,27	677,44	
Обед	Свекольник со сметаной	300/10	5,76	8,86	16,92	162,72	263 CP
	Минтай тушеный под маринадом	120	12,41	3,68	2,87	122,16	640CP
	Рис отварной рассыпчатый, со	200	4,94	5,72	52,21	79,02	934CP
	сливочным маслом						
	сливочным маслом Огурец свежий	100	0,65	0,11	3,63	15,00	
		100 50	0,65 3,75	0,11 0,50	3,63 24,25	15,00 116,00	

Итого за			28,06	18,95	120,18	580,13	
обед: <b>Полдник</b>							
ПОЛОНИК							
Итого за			0,00	0,00	0,00	0,00	
полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за			49,02	45,90	205,44	1257,57	
день:							
 Неделя	9 День 4 03.03	.2022					<u> </u>
Завтрак	Каша гречневая молочная	250	13,31	13,50	41,33	908,61	33 CP
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	20,00	79,80	11,36
	Батон	25	2,00	0,25	12,28	119,00	
	Груша	200	0,26	0,17	11,41	52,00	
	··			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			
Итого за			15,57	13,92	85,02	1159,41	
завтрак: <i>Обед</i>	Суп с цветной капустой	300/10	3,13	10,00	3,44	115,00	
	Тефтели рыбные	120	16,30	13,28	12,66	198,72	198*CP
	Картофельное пюре	200	4,45	5,28	76,74	168,18	946 CP
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,50	24,25	116,00	
	Сок	200	1,60	0,40	21,20	104,00	
	Булочка сдобная	40	3,16	3,76	22,20	135,60	
	Салат из свежих томатов	100	0,80	5,90	2,70	66,10	
Итого за	салат из свежих томатов						
обед:			33,18	39,12	163,19	903,60	
Полдник							
Итого за			0,00	0,00	0,00	0,00	
полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за			48,75	53,04	248,20	2063,01	
день: <u> </u> Неделя	9 День 5 04.03	.2022					l
Завтрак	Запеканка творожная со сгущенным молоком	200/10	15,28	16,72	39,60	372,08	30CP
	Салат из моркови с изюмом	100	1,30	0,11	18,88	84,27	9.50CP
	Какао с молоком	200	3,87	3,80	25,06	151,36	11.53*CP
Итого за							
завтрак:			20,45	20,63	83,54	607,71	

Обед	Щи из свежей капусты со сметаной	300/10	6,00	9,38	9,75	107,75	2.28CP
	Шницель из говядины	120	17,28	15,92	12,36	221,04	10CP
	Гречка отварная	200	9,94	7,48	47,78	307,26	679 CP 05
	Винегрет	100	2,06	8,02	11,21	126,25	9.111CP
	Хлеб ржаной	50	6,80	1,30	39,80	201,00	
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Вафли	201	1,10	1,30	30,90	142,00	
Итого за обед:			43,18	43,40	151,80	1105,30	
Полдник							
Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			63,63	64,03	235,34	1713,01	
Неделя	9 День 6 05.03	.2022					Г
Завтрак	Омлет	180	20,65	25,14	6,24	292,26	588 CP
	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	11.35CP
	Батон	25	2,00	0,25	12,28	119,00	
	Яблоко	80	4,86	8,07	24,94	186,26	
	Мармелад	25	0,03	0,00	19,85	78,00	
Итого за завтрак:			27,54	33,46	63,31	675,52	
Обед	Суп с фрикадельками	300	8,75	6,84	20,39	178,20	209 CP 05
	Тефтели мясные	120	15,01	15,80	16,76	254,23	286 CP 10
	Макароны	200	6,51	4,27	38,55	209,28	940 CP
	Томат в собственном соку	80	0,60	0,10	6,00	28,80	
	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 CP 05
Итого за обед:			34,76	27,55	133,45	897,31	
Полдник							
Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			62,30	61,02	196,77	1572,84	

Среднее					
значение		64,726	68,3116	280,464	1906,0337
за период:					