

Утверждено  
Директор



МЕНЮ

Школа

*MAOU Лицей №17*

Отд./корп

День

*2015 10 24*

| Прием пищи | Раздел          | № рец.       | Блюдо   | Выход, г                    | Цена         | Калорийность  | Жиры           | Белки        | Углеводы     |
|------------|-----------------|--------------|---|-----------------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|
| Завтрак    | гор.блюдо       | 210/2015     | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%         | 135/13                      | 33,11        | 285,8         | 13,8           | 24,5         | 2,6          |
|            | гор.напиток     | № 379 2015г. | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                      | 200                         | 8,16         | 103,5         | 3,1            | 2,4          | 17,2         |
|            | хлеб            | ПР           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50                          | 3,46         | 116,9         | 4,0            | 0,5          | 24,2         |
|            | хлеб            | ПР           | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50                          | 3,95         | 129,0         | 4,3            | 1,7          | 21,3         |
|            | гастр.          | № 14 2015г.  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)                 | 10                          | 10,22        | 66,0          | 0,1            | 7,2          | 0,1          |
|            | закуска напиток |              | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                                | 80                          | 8,00         | 36,1          | 1,3            | 1,0          | 6,4          |
| Завтрак 2  | фрукты          | 338/2015     | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                     | 150                         | 23,1         | 69,5          | 0,6            | 0,6          | 14,7         |
|            |                 |              | <b>Итого за прием пищи:</b>                                     | <b>812</b>                  | <b>90,00</b> | <b>806,80</b> | <b>27,08</b>   | <b>37,85</b> | <b>86,40</b> |
| Обед       | закуска         | № 71 2015г.  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                               | 60                          | 7,94         | 9,6           | 0,6            | 0,1          | 1,5          |
|            | 1 блюдо         | № 82 2015г.  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЛЕМ СО СМЕТАНОЙ                         | 250/10                      | 10,30        | 102,0         | 1,8            | 5,0          | 12,3         |
|            | 2 блюдо         | № 227 2015г. | РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5% | 90/9                        | 21,25        | 131,4         | 15,3           | 8,2          | 0,9          |
|            | гарнир          | № 310 2015г. | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%      | 180                         | 15,00        | 189,0         | 3,6            | 7,1          | 25,2         |
|            | сладкое         |              |   |                             |              |               |                |              |              |
|            | хлеб бел.       | ПР           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50                          | 3,46         | 116,9         | 4,0            | 0,5          | 24,2         |
|            | хлеб черн.      | ПР           | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50                          | 3,95         | 129,0         | 4,3            | 1,7          | 21,3         |
|            | гор.напиток     | № 342 2015г. | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК  | 200                         | 5,00         | 573,0         | 0,8            | 0,8          | 139,4        |
|            | фрукты          | 338/2015     | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                     | 150                         | 23,1         | 69,5          | 0,6            | 0,6          | 14,7         |
|            |                 |              |   | <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>1049</b>  | <b>90</b>     | <b>1 320,4</b> | <b>30,9</b>  | <b>24,0</b>  |
|            |                 |              | <b>Всего за день:</b>   | <b>1861</b>                 | <b>180</b>   | <b>2127,2</b> | <b>58,0</b>    | <b>61,8</b>  | <b>325,8</b> |

Экономист по ценам

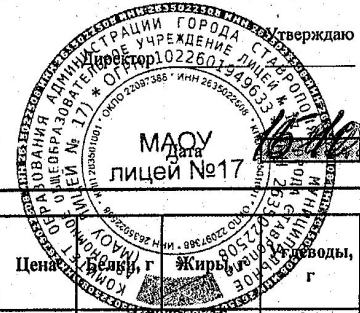
*Мидгородская Л.А.*

Зав.производством



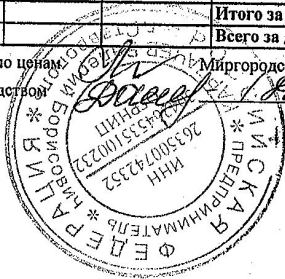
Школа

*СВО*  
*МБОУ "Средняя школа №14"*



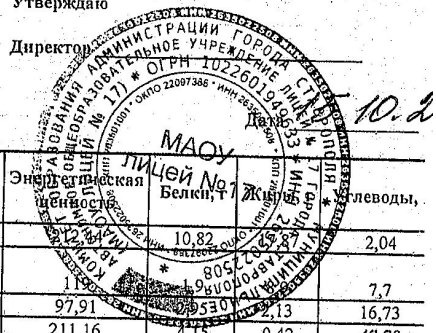
| Прием пищи | Раздел            | № рецептуры  | Наименование блюда   | Вес блюда   | Цена          | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г    | Энергетическая ценность, ккал |
|------------|-------------------|--------------|--|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------------------------|
| Завтрак    | Гастроном         | № 14 2015г.  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)                          | 1/10        | 10,22         | 0,08          | 7,2           | 0,1            | 66                            |
|            | Овощи натуральные | № 71 2015г.  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)  | 1/100       | 7,94          | 0,075         | 0,125         | 1,875          | 12                            |
|            | 2 блюдо           | № 289 2011г. | РАГУ из мяса птицы   | 1/100/300   | 39,19         | 25,3          | 20,1          | 27,1           | 374,1                         |
|            | Напитки           | № 377 2015г. | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ  | 1/200/15/7  | 4,1           | 0,4           | 0             | 11,7           | 49,5                          |
|            | Хлеб              |              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 1/50        | 3,46          | 3,95          | 0,5           | 24,15          | 116,9                         |
|            | Хлеб              |              | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 1/50        | 3,95          | 4,25          | 1,65          | 21,25          | 129                           |
|            | Фрукты            |              | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                              | 1/150       | 19,8          | 0,4           | 0,4           | 11,7           | 56,4                          |
|            |                   |              | <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>882</b>  | <b>88,66</b>  | <b>34,455</b> | <b>29,975</b> | <b>97,875</b>  | <b>803,9</b>                  |
| Обед       | Овощи натуральные | № 71 2015г.  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)                                      | 1/100       | 8,95          | 0,075         | 0,125         | 1,875          | 12                            |
|            | 1 блюдо           | № 112 2015г. | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем                                 | 1/250       | 5             | 4             | 2,9           | 20,1           | 119,1                         |
|            | 2 блюдо           | № 274 2015г. | ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянское" 72,5% | 1/100/5     | 24            | 11,6          | 13,5          | 13,79          | 224                           |
|            | Гарнир            | № 312 2015г. | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%                | 1/200       | 14,7          | 3,9           | 11,5          | 22,7           | 217,8                         |
|            | Напитки           | № 388 2015г. | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 1/200       | 8,8           | 0,67          | 0,27          | 20,76          | 88,2                          |
|            | Хлеб              |              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 1/50        | 3,46          | 3,95          | 0,5           | 24,15          | 116,9                         |
|            | Хлеб              |              | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 1/50        | 3,95          | 4,25          | 1,65          | 21,25          | 129                           |
|            | Фрукты            |              | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                              | 1/150       | 19,8          | 0,4           | 0,4           | 11,7           | 56,4                          |
|            |                   |              | <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>1105</b> | <b>88,66</b>  | <b>28,445</b> | <b>30,445</b> | <b>124,625</b> | <b>907</b>                    |
|            |                   |              | <b>Всего за день:</b>  | <b>1987</b> | <b>177,32</b> | <b>62,9</b>   | <b>60,42</b>  | <b>222,5</b>   | <b>1710,9</b>                 |

Экономист по ценам Миргородская Л.А.  
Зав.производством



Утверждаю

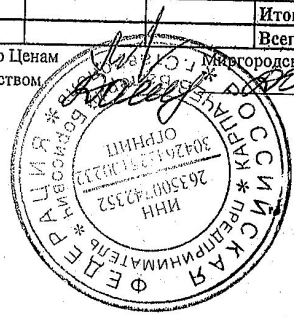
Директор



ШКОЛА МАОУ Меллеин 14 МЕНЮ

| Прием пищи | Раздел            | № рецептуры | Наименование блюда  | Масса порции | Цена  | Энергетическая ценность | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------------|-------------|---|--------------|-------|-------------------------|-------|----------|
| Завтрак    | Блюда из яиц      | 210/2015    | Омлет натуральный с маслом сливочным                          | 116/10       | 21    |                         |       |          |
|            | Овощи натуральные | 566/2015    | Икра кабачковая консервированная                              | 100          | 3     | 11,8                    | 0,8   | 2,04     |
|            | Напитки           | 379/2015    | Кофейный напиток с молоком                                    | 200          | 3     | 97,91                   | 1,8   | 7,7      |
|            | Хлеб пш.          |             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50           | 1     | 211,16                  | 4,15  | 16,73    |
|            | Хлеб рж.          |             | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50           | 1,5   | 58,68                   | 3,30  | 47,70    |
|            | Фрукты            |             | Фрукты свежие (яблоко колиброванное)                          | 150          | 10,5  | 58,64                   | 0,58  | 19,80    |
|            |                   |             | Итого за прием пищи:  | 656          | 40    | 757,83                  | 22,38 | 99,00    |
| Обед       | Овощи натуральные | 71/2015     | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ                               | 100          | 4,59  | 13,58                   | 0,78  | 2,43     |
|            | 1 блюдо           | 82/2015     | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                                  | 250          | 5     | 97,6                    | 1,70  | 11,40    |
|            | 2 блюдо           | 227/2015    | РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5% | 100/10       | 28,91 | 239,29                  | 18,01 | 3,82     |
|            | Гарнир            | 125/2015    | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%      | 180          | 5     | 167,93                  | 3,35  | 25,89    |
|            | Напитки           | 388/2015    | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                   | 200          | 3     | 103                     | 0,70  | 24,40    |
|            | Хлеб пш           |             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50           | 1     | 211,16                  | 4,15  | 47,70    |
|            | Хлеб рж.          |             | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50           | 1,5   | 97,8                    | 3,30  | 19,80    |
|            |                   |             | Итого за прием пищи:  | 940          | 49    | 930,36                  | 31,99 | 135,44   |
|            |                   |             | Всего за день:  | 1596         | 89    | 1688,19                 | 54,37 | 234,44   |

Экономист по Ценам А.А. Аделько  
Зав. производством



Школа

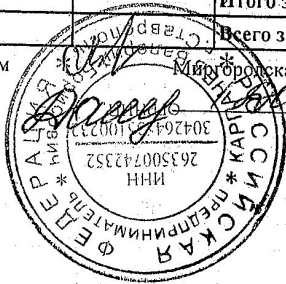
МАОУ лицей №17  
г. Кострома



## ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ

| Прием пищи            | Раздел            | № рецептуры  | Наименование блюда   | Вес блюда                   | Цена       | Энергетическая ценность, | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г  |
|-----------------------|-------------------|--------------|--|-----------------------------|------------|--------------------------|--------------|--------------|--------------|
| Обед                  | Овощи натуральные | № 70 2015г.  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ свежие (огурцы)                          | 1/60                        | 4,59       | 6,0                      | 0,6          | 0,0          | 1,0          |
|                       | 1 блюдо           | № 82 2015г.  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной                   | 250/10                      | 5,00       | 102,0                    | 1,8          | 5,0          | 12,3         |
|                       | 2 блюдо           | № 227 2015г. | ГРИБА МИНГАИ ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским"  | 1/90/9                      | 28,91      | 146,0                    | 17,1         | 8,2          | 0,9          |
|                       | Гарнир            | № 310 2015г. | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180                       | 5,00       | 189,0                    | 3,6          | 7,1          | 25,2         |
|                       | Напитки           | № 388 2015г. | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                | 1/200                       | 3,00       | 88,2                     | 0,7          | 0,3          | 20,8         |
|                       | Хлеб пш           | ПР           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 1/50                        | 1          | 116,9                    | 3,95         | 0,5          | 24,2         |
|                       | Хлеб рж           | ПР           | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 1/50                        | 1,50       | 129,00                   | 4,3          | 1,65         | 21,25        |
|                       |                   |              | <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>899</b>                  | <b>49</b>  | <b>777,1</b>             | <b>32,0</b>  | <b>22,7</b>  | <b>105,6</b> |
| Полдник (уплотненный) | Гастрон           | № 14 2015г   | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%                       | 1/10                        | 7,30       | 75,0                     | 0,1          | 8,3          | 0,1          |
|                       | Овощи натуральные | № 70 2015г.  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ свежие (помидоры)                        | 1/60                        | 4,59       | 12,0                     | 0,6          | 0,0          | 2,1          |
|                       | 2 блюдо           | № 291 2015г. | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ  | 90/270                      | 23,51      | 454,0                    | 25,4         | 14,8         | 54,7         |
|                       | Напитки           | № 377 2015г  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ*                                   | 200/15/7                    | 2,1        | 49,5                     | 0,4          | 0,0          | 11,7         |
|                       | Хлеб пш           | ПР           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 1/50                        | 1          | 116,9                    | 3,95         | 0,5          | 24,2         |
|                       | Хлеб рж           | ПР           | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 1/50                        | 1,50       | 129,00                   | 4,3          | 1,65         | 21,25        |
|                       |                   |              |  | <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>629</b> | <b>40</b>                | <b>836,4</b> | <b>155,6</b> | <b>139,9</b> |
|                       |                   |              | <b>Всего за день:</b>                                      | <b>1528</b>                 | <b>89</b>  | <b>1 613,5</b>           | <b>187,6</b> | <b>162,7</b> | <b>688,2</b> |

Экономист по ценам  
Зав. производством



Мирошниковская Л.А.