

Утверждаю:

Директор муниципального
общеобразовательного учреждения
«Новокрымская школа»
К.И.Абласва

МЕНЮ (1 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60 руб 00к							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ С	80	12,7	9,0	7,3	160,2	235/330	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,3	23,9	145,7	310	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	180	0,9	0,2	18,2	82,8	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	441	18,8	13,7	64,2	459,2		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного	100	18,8	13,7	64,2	459,2		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 12-18 лет , цена 60 руб 00к							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ С	80	12,7	9,0	7,3	160,2	235/330	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,3	23,9	145,7	310	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	180	0,9	0,2	18,2	82,8	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	441	18,8	13,7	64,2	459,2		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного	100	18,8	13,7	64,2	459,2		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб71к							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ/ЯЙЦО	40/20	3,1	4,6	5,8	77,4	51	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,1	18,5	123,6	108	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С	90	12,4	12,8	11,8	211,7	294	2011
КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0	321	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,8	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	734	26,6	26,6	86,7	696,7		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона. %	100	26,6	26,6	86,7	696,7		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб71к							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ/ЯЙЦО	40/20	3,1	4,6	5,8	77,4	51	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,1	18,5	123,6	108	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С	90	12,4	12,8	11,8	211,7	294	2011
КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0	321	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,8	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	734	26,6	26,6	86,7	696,7		

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет)_____ ; Завтрак (12-18лет)_____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет)_____ ; Обед (12-18лет)_____ ; Обед(за род. ср-ва)_____

МЕНЮ (2 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60руб 00к							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	180	21,4	21,2	13,7	331,2	604	2022
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	425	23,9	21,4	35,5	431,9		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	23,9	21,4	35,5	431,9		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 12-18 лет , цена60 руб 00к							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	180	21,4	21,2	13,7	331,2	604	2022
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	425	23,9	21,4	35,5	431,9		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	23,9	21,4	35,5	431,9		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб71к							
ИКРА МОРКОВНАЯ ИЛИ ОВОЩИ ПО	60	1,0	4,4	5,7	67,4	75	2011
БОРЩ	200	1,3	3,9	7,7	72,0	81	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С	90	10,1	9,7	10,9	171,2	268	2011
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150/3	4,5	6,6	20,3	158,1	303.1	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,4	1,1	8,2	48,7	378	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,8	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	837	23,0	27,2	88,4	695,7		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	23,0	27,2	88,4	695,7		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб71к							
ИКРА МОРКОВНАЯ ИЛИ ОВОЩИ ПО	60	1,0	4,4	5,7	67,4	75	2011
БОРЩ	200	1,3	3,9	7,7	72,0	81	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С	90	10,1	9,7	10,9	171,2	268	2011
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150/3	4,5	6,6	20,3	158,1	303.1	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,4	1,1	8,2	48,7	378	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,8	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	837	23,0	27,2	88,4	695,7		

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет) _____ ; Завтрак (12-18лет) _____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет) _____ ; Обед (12-18лет) _____ ; Обед(за род. ср-ва) _____

Утверждаю:
Директор муниципального
образовательного учреждения
«Новокузнецкая школа»
К.И.Абласва

МЕНЮ (3 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60 руб 00к							
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	3,8	14,9	103,6	1	2011
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	200/10	6,0	12,6	31,9	265,4	181	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,7	5,3	19,7	154,8	379	2011
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	60	5,2	3,5	34,9	190,8	429	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2020
Итого за прием пищи:	506	20,2	25,2	101,4	714,6		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	20,2	25,2	101,4	714,6		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 12-18 лет , цена 60 руб 00к							
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,3	3,8	14,9	103,6	1	2011
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	200/10	6,0	12,6	31,9	265,4	181	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,7	5,3	19,7	154,8	379	2011
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	60	5,2	3,5	34,9	190,8	429	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2020
Итого за прием пищи:	506	20,2	25,2	101,4	714,6		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	20,2	25,2	101,4	714,6		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб71к							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО	200	1,4	4,0	5,4	63,8	87	2011
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90	12,0	14,5	2,9	191,0	290	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,8	21,5	142,2	312	2011
КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	10,6	45,3	394	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
КЕФИР, РЯЖЕНКА, ИЛИ	150	4,4	3,8	6,0	79,5	386	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	859	26,7	28,5	79,6	688,3		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона. %	100	26,7	28,5	79,6	688,3		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб71к							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО	200	1,4	4,0	5,4	63,8	87	2011
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90	12,0	14,5	2,9	191,0	290	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,8	21,5	142,2	312	2011
КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	10,6	45,3	394	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
КЕФИР, РЯЖЕНКА, ИЛИ	150	4,4	3,8	6,0	79,5	386	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	859	26,7	28,5	79,6	688,3		

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет)_____ ; Завтрак (12-18лет)_____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет)_____ ; Обед (12-18лет)_____ ; Обед(за род. ср-ва)_____ ;

Утверждаю:
Директор муниципального
общеобразовательного учреждения
«Новокрымская школа»
_____ К.И.Абласва

МЕНЮ (4 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60 руб 00к							
МАКАРОННИК С СУБПРОДУКТАМИ ИЛИ ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГОНОВСКИ №285 И КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ "ГЕРКУЛЕС"	170	20,9	13,6	36,8	353,5	285	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	11,9	90,8	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	401	27,0	16,8	63,5	514,8		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	27,0	16,8	63,5	514,8		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 12-18 лет , цена 60 руб 00к							
МАКАРОННИК С СУБПРОДУКТАМИ ИЛИ	170	20,9	13,6	36,8	353,5	285	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	11,9	90,8	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	401	27,0	16,8	63,5	514,8		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	27,0	16,8	63,5	514,8		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб741к							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,5	4,1	8,8	77,4	99	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С	90	11,4	11,1	11,4	190,3	268	2011
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ "АРТЕК"	150	3,9	4,1	24,4	150,5	303.3	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200	0,4	0,1	27,6	112,6	354	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,8	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	794	21,9	20,9	107,8	709,1		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	21,9	20,9	107,8	709,1		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб71к							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,5	4,1	8,8	77,4	99	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С	90	11,4	11,1	11,4	190,3	268	2011
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ "АРТЕК"	150	3,9	4,1	24,4	150,5	303.3	2011
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200	0,4	0,1	27,6	112,6	354	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,8	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	794	21,9	20,9	107,8	709,1		

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет)_____ ; Завтрак (12-18лет)_____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет)_____ ; Обед (12-18лет)_____ ; Обед(за род. ср-ва)_____

Утверждаю:
Директор муниципального
образовательного учреждения
«Новокузнецкая школа»
К.И.Аблаева

МЕНЮ (5 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60руб 00к							
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ	70	10,4	10,2	6,0	157,5	281/326	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,8	21,5	141,9	312	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2	0,0	6,3	27,1	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	431	16,1	15,2	48,6	397,0		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	16,1	15,2	48,6	397,0		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для 12-18 лет, цена 45 руб 00к							
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ	70	10,4	10,2	6,0	157,5	281/326	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,8	21,5	141,9	312	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2	0,0	6,3	27,1	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	431	16,1	15,2	48,6	397,0		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	16,1	15,2	48,6	397,0		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб71к							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,7	4,9	56,1	52	2011
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/5	1,9	4,1	13,0	99,3	96	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С	120	12,0	2,3	5,9	93,0	229	2011
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ПШЕНА	150	4,1	4,9	23,6	154,8	303.3	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	180	0,9	0,2	18,2	82,8	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	874	24,9	16,7	103,7	676,0		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	24,9	16,7	103,7	676,0		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб71к							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	3,7	4,9	56,1	52	2011
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/5	1,9	4,1	13,0	99,3	96	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С	120	12,0	2,3	5,9	93,0	229	2011
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ПШЕНА	150	4,1	4,9	23,6	154,8	303.3	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И	180	0,9	0,2	18,2	82,8	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	874	24,9	16,7	103,7	676,0		

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет)_____ ; Завтрак (12-18лет)_____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет)_____ ; Обед (12-18лет)_____ ; Обед(за род. ср-ва)_____

МЕНЮ (6 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60 руб 00к							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	200/7	6,0	7,6	31,8	220,6	181	2011
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,0	3,8	0,0	47,3	15	2011
КЕФИР	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	70	0,6	0,1	5,7	30,1	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:		17,7	16,7	60,3	474,5		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	17,7	16,7	60,3	474,5		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 12-18 лет , цена 60 руб 00к							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	200/7	6,0	7,6	31,8	220,6	181	2011
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,0	3,8	0,0	47,3	15	2011
КЕФИР	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	70	0,6	0,1	5,7	30,1	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	521	17,7	16,7	60,3	474,5		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	17,7	16,7	60,3	474,5		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб71к							
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	51	4,5	5,7	19,8	148,9	3	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОРОШКОМ	200	1,5	4,1	8,8	77,4	99	2011
ЗАПЕКАНКА (РУЛЕТ) КАРТОФЕЛЬНАЯ С	110	12,1	7,5	18,7	191,2	284	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №382	200	3,7	3,0	12,7	93,6	382	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	3,2	1,3	18,4	98,4	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	0,5	0,5	12,7	61,1	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	730	25,5	22,1	91,1	670,6		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	25,5	22,1	91,1	670,6		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб71к							
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	51	1,7	2,1	13,7	81,1	101	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОРОШКОМ	200	20,1	13,0	21,3	285,1	223	2011
ЗАПЕКАНКА (РУЛЕТ) КАРТОФЕЛЬНАЯ С	110	3,3	2,4	14,2	92,6	379	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №382	200	3,2	0,3	20,7	98,7	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	130	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	730	31,1	19,1	93,2	677,0		

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет)_____ ; Завтрак (12-18лет)_____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет)_____ ; Обед (12-18лет)_____ ; Обед(за род. ср-ва)_____

МЕНЮ (7 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60 руб 00к							
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	120	14,9	1,9	9,6	114,9	240	2011
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,7	3,7	20,9	131,7	311	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	22	0,9	6,7	13,8	119,2	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	523	22,0	12,5	66,1	466,6		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	22,0	12,5	66,1	466,6		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для 12-18 лет, цена 60 руб 00к							
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	120	14,9	1,9	9,6	114,9	240	2011
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,7	3,7	20,9	131,7	311	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	22	0,9	6,7	13,8	119,2	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	523	22,0	12,5	66,1	466,6		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	22,0	12,5	66,1	466,6		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб 71к							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	1,7	2,1	13,7	81,1	101	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С соусОМ	110/20	20,1	13,0	21,3	285,1	223	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,3	2,4	14,2	92,6	379	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	20,7	98,7	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ №338+ябл	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	701	31,1	19,1	93,2	677,0		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	31,1	19,1	93,2	677,0		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб 71к							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	20,1	13,0	21,3	285,1	101	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С соусОМ	110/20	3,3	2,4	14,2	92,6	223	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	0,3	20,7	98,7	379	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,4	0,9	13,5	72,5	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	0,4	0,4	9,8	47,0	к/к	2024
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ №338+ябл	100	0,0	0,0	0,0	0,0	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	31,1	19,1	93,2	677,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	701	31,1	19,1	93,2	677,0		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного	100						

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет) _____ ; Завтрак (12-18лет) _____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет) _____ ; Обед (12-18лет) _____ ; Обед(за род. ср-ва) _____

Утверждаю:
Директор муниципального
образовательного учреждения
«Новокрымская школа»
К.И.Аблаева

МЕНЮ (8 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60руб 00к							
ПТИЦА ОТВАРНАЯ С СОУСОМ	65	16,6	16,7	0,3	217,7	288	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0	321	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	6,1	25,1	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	426	22,5	20,8	36,5	425,3		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	22,5	20,8	36,5	425,3		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для 12-18 лет, цена 60 руб 00к							
ПТИЦА ОТВАРНАЯ С СОУСОМ	65	16,6	16,7	0,3	217,7	288	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0	321	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	6,1	25,1	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	426	22,5	20,8	36,5	425,3		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	22,5	20,8	36,5	425,3		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб 71к							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	14,4	15,7	13,1	250,9	268	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,4	34,9	200,8	309	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,7	0,1	18,2	77,4	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,3	15,7	75,2	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	701	26,9	25,4	105,8	761,3		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	26,9	25,4	105,8	761,3		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб 71к							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	14,4	15,7	13,1	250,9	268	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,4	34,9	200,8	309	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,7	0,1	18,2	77,4	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,3	15,7	75,2	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	701	26,9	25,4	105,8	761,3		

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет)_____ ; Завтрак (12-18лет)_____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет)_____ ; Обед (12-18лет)_____ ; Обед(за род. ср-ва)_____

Утверждаю:
Директор муниципального
образовательного учреждения
«Ногоярская школа»
К.И.Аблаева

МЕНЮ (9 день)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 7-11 лет, цена 60 руб 00к							
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ	70	10,8	10,6	6,7	165,1	281	2011
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,0	7,7	16,3	146,8	143	2011
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	17,7	73,3	354	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	431	16,5	18,6	55,5	455,7		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	16,5	18,6	55,5	455,7		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак для 12-18 лет , цена 60 руб 00к							
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ	70	10,8	10,6	6,7	165,1	281	2011
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,0	7,7	16,3	146,8	143	2011
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	17,7	73,3	354	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5	к/к	2024
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	431	16,5	18,6	55,5	455,7		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	16,5	18,6	55,5	455,7		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 7-11 лет цена 73руб 71к							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	5,5	54,0	45	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,2	18,5	123,9	108	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	14,1	13,2	20,5	257,0	259	2011
КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	10,6	45,3	342	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0,0	18,2	15	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	724	25,2	23,3	88,3	664,9		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного рациона, %	100	25,2	23,3	88,3	664,9		
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед для 12-18 лет цена 73руб 71к							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	5,5	54,0	45	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,2	18,5	123,9	108	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	14,1	13,2	20,5	257,0	259	2011
КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	10,6	45,3	342	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0	кк	2024
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,4	0,9	13,5	72,5	к/к	2024
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0,0	18,2	15	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0	кк	2023
Итого за прием пищи:	724	25,2	23,3	88,3	664,9		
Распределение энергетической ценности (калорийности) от суточного	100						

Количество питающихся: Завтрак (7-11лет)_____ ; Завтрак (12-18лет)_____ ;

Повар Шевчук Т.В. Обед(7-11лет)_____ ; Обед (12-18лет)_____ ; Обед(за род. ср-ва)_____